

**Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Поволжская академия образования и искусств имени Святителя
Алексия, митрополита Московского»
(Поволжский православный институт)**

Кафедра непрерывного образования и воспитания

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) «Дошкольное образование»

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

на тему:

**Приобщение детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье»
через формирование культурно-гигиенических навыков**

Выполнила студентка
3 курса группы ДОз-331
заочной формы обучения
Попова Светлана Юрьевна

(подпись)

Научный руководитель
Матуняк Наталья Анатольевна,
кандидат педагогических наук

(подпись)

Допустить к защите:

Заведующий кафедрой непрерывного
образования и воспитания

_____ Н.А. Матуняк

« ____ » _____ 2025 г.

Тольятти
2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
Глава 1. Теоретические основы приобщения детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье» через формирование культурно-гигиенических навыков.....	7
1.1 Приобщение детей дошкольного возраста к ценности «здоровье» как педагогическая проблема.....	7
1.2 Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста как основы приобщения к ценности «здоровье».....	18
Глава 2. Опытнo-экспериментальная работа по приобщению детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье» через формирование культурно-гигиенических навыков.....	39
2.1 Изучение актуального уровня сформированности культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.....	39
2.2 Сущность и содержание формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста как основы приобщения к ценности «здоровье».....	49
2.3 Динамика формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста как основы приобщения к ценности «здоровье».....	57
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	62
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	65
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	71

ВВЕДЕНИЕ

Здоровье - одна из высших ценностей, а также основа для достижения человеком успеха во всех сферах жизни. В соответствии со Стратегией национальной безопасности Российской Федерации [3], укрепление здоровья граждан является одной из целей государственной политики в сфере сбережения народа России.

Формирование представлений о здоровом образе жизни (ЗОЖ), понимание ценности здоровья должно начинаться уже с дошкольного возраста. В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования присутствует в связи с этим отдельная образовательная область - «Физическое развитие» [4]. Ее целью является охрана здоровья детей и формирование основ культуры здоровья.

Важным фактором приобщения детей к ценности «здоровье» является формирование культурно-гигиенических навыков. Вопросы формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста всегда будут стоять на одном из первых мест воспитания детей. И насколько они изначально продуманы, спланированы и организованы, зависит, будут ли они способствовать укреплению здоровья, физическому и психическому развитию, а также воспитанию культуры поведения.

Поэтому тема выпускной квалификационной работы «Приобщение детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье» через формирование культурно-гигиенических навыков» является актуальной.

Формирование культурно-гигиенических навыков направлено на приобщение к ценности «здоровье», а также на усвоение правил и норм поведения, на социализацию ребенка. Культурно-гигиенические навыки, а также привычки для сохранения здоровья необходимо вырабатывать с младшего дошкольного возраста. Именно в этом возрасте дети начинают проявлять самостоятельность в самообслуживании.

Согласно Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОП ДО) ребёнок в младшем дошкольном возрасте должен демонстрировать элементарные культурно-гигиенические навыки, владеет простейшими навыками самообслуживания (одевание, раздевание, самостоятельно ест и тому подобное) [5].

Проблема формирования ценности здоровья у детей исследовалась такими авторами, как Н.А. Жербакова, В.Ю. Кротова, А.А. Ошкина, М.Ю. Стожарова, М.Р. Югова и др.

Теоретическую основу работы составили работы О.И. Бочкаревой, Е.В. Горбуновой, В.А. Зебзеевой, Е.Ю. Кониной и других исследователей. Понятие культурно-гигиенических навыков рассматривали такие исследователи, как А.Г. Гогоберидзе, С.И. Петерина, Г.А. Урунтаева и др.

Г.А. Урунтаева дает такое определение культурно-гигиеническим навыкам: «культурно-гигиенические навыки - важная часть культуры. Они включают в себя: навыки личной гигиены, культуры еды, бережного обращения с вещами личного пользования и поддержания порядка в окружающей обстановки» [50].

А.Г. Гогоберидзе пишет: «С дошкольного возраста дети должны усвоить определенные правила культуры еды: принимать пищу сидя за столом, есть с закрытым ртом, не спеша, тщательно пережевывая пищу, правильно пользоваться столовыми приборами» [18, с.202].

Период, когда формируются культурно-гигиенические навыки, это младший дошкольный возраст. С одной стороны, в этом возрасте созданы наиболее благоприятные условия для прочного усвоения и закрепления культурно-гигиенических знаний и навыков. С другой стороны, неправильное поведение, сформированное в этом возрасте, сложно изменить в будущем. Ценность гигиенической культуры очевидна, она важна наравне с умением читать и писать, способствует укреплению здоровья человека.

Дети младшего дошкольного возраста обладают особенностями, которые необходимо учитывать при формировании культурно-гигиенических навыков:

непроизвольность внимания, высокая эмоциональность, потребность в подражании, недостаточная самостоятельность.

Правильно организованная работа по усвоению культурно-гигиенических навыков, которая хорошо продумана и спланирована, способствует формированию ценности «здоровье» у детей и воспитанию их культуры поведения.

Несмотря на понимание важности формирования культурно-гигиенических навыков в младшем дошкольном возрасте, в практике фиксируются низкие показатели их сформированности. А это, в свою очередь, свидетельствует о недостаточной оценке возможностей приобщения детей через формирование культурно-гигиенических навыков к ценности «здоровье».

Данные противоречия позволили нам определить проблему исследования: как приобщить детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье» через формирование культурно-гигиенических навыков?

Объект исследования: процесс приобщения детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье».

Предмет исследования: формирование культурно-гигиенических навыков дошкольников как средство приобщения детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье».

Цель исследования: разработка и апробация форм, средств и методов формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста как средства приобщения детей к ценности «здоровье».

Задачи исследования:

1. Изучить теоретические и методические основы проблемы приобщения детей дошкольного возраста к ценности «здоровье».
2. Выявить возможности формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста как основы приобщения к ценности «здоровье».
3. Определить критерии и показатели сформированности культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.

4. Провести и проанализировать опытно-экспериментальную работу по приобщению детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье» через формирование культурно-гигиенических навыков.

Методы исследования. Применялись такие методы, как анализ литературы по проблеме, систематизация, классификация, диагностическое наблюдение, диагностический опрос.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что систематизированы научные подходы к приобщению детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье» через формирование культурно-гигиенических навыков.

Практическая значимость исследования заключается в возможности применения результатов исследования в практической работе педагогов детских садов по приобщению к ценности «здоровье» через формирование культурно-гигиенических навыков.

Экспериментальная база исследования: структурное подразделение детский сад «Иволга» государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы №6 города Жигулёвска городского округа Жигулёвск Самарской области (ГБОУ СОШ №6 СПДС «Иволга»). Исследование проводилось на базе одной группы детей (18 человек, в том числе 12 мальчиков и 6 девочек в возрасте от 3 до 4 лет).

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка и приложений.

Глава 1. Теоретические основы приобщения детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье» через формирование культурно-гигиенических навыков

1.1 Приобщение детей дошкольного возраста к ценности «здоровье» как педагогическая проблема

Здоровье человека - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Жизнь и здоровье являются важными ценностями. Здоровье является основой для того, чтобы достигать успеха в профессиональной деятельности, обрести счастье в личной жизни, вести радостную жизнь. Без крепкого здоровья достигать жизненных целей намного труднее. Заботиться о здоровье необходимо с детства, в этом детям должны помогать воспитатели и родители.

Значительное внимание вопросам сохранения здоровья детей уделяется в Федеральной образовательной программе дошкольного образования [5].

В дошкольном возрасте важно сформировать у детей понимание ценности здоровья, необходимости ведения здорового образа жизни. Одним из направлений приобщения детей к ценностям здоровья является формирование у них культурно-гигиенических навыков. Особенно это актуально в младшем дошкольном возрасте, когда закладываются навыки самообслуживания, правильного поведения за столом, прием пищи, умывание, одевания, мытье рук, чистка зубов.

Роль ценности «здоровье» определяется тем, что здоровый образ жизни: способствует сохранению здоровья детей; является основой для интеллектуального, психологического и духовного развития; является

необходимой базой для успешного дальнейшего обучения в школе и жизнедеятельности.

Приобщение к ценности «здоровье» предполагает образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья. Анализ научной литературы позволил сформулировать следующие основные компоненты здоровья: соблюдение культурно-гигиенических навыков, оптимальный двигательный режим, рациональное правильное питание, умение бороться с негативными эмоциями, тренировка иммунитета и закаливание.

В Стратегии национальной безопасности Российской Федерации, утвержденной Указом Президента РФ от 02.07.2021 № 400, указывается, что необходимо создание условий для укрепления здоровья граждан, увеличение продолжительности жизни [3].

Особое внимание законодательство обращает на приобщение к ценности «здоровье». В Федеральном законе №323-ФЗ от 21.11.2011 «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» отмечается, что формирование здорового образа жизни у граждан начиная с детского возраста, обеспечивается путем проведения мероприятий, направленных на информирование граждан о факторах риска для их здоровья, формирование мотивации к ведению здорового образа жизни и создание условий для ведения здорового образа жизни, в том числе для занятий физической культурой и спортом (статья 30) [2].

Необходимость приобщения к ценности «здоровье» детей дошкольного возраста отражена в Федеральном законе №273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации». В соответствии с законом, дошкольное образование направлено на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста (статья 64) [1].

Одним из важнейших документов, регламентирующих педагогическую деятельность работников дошкольных образовательных учреждений, является

Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) дошкольного образования, утвержденный Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 №1155. В данном документе указывается на необходимость приобщения детей к ценности «здоровье». Так, отмечается, что стандарт направлен на решение ряда задач, в том числе охрану и укрепление физического здоровья детей, формирование ценностей здорового образа жизни (п.1.6) [4].

Реализация успешного педагогического процесса, соблюдение всех требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, эффективная подготовка к школе возможны только при комплексном приобщении к ценности «здоровье».

Приобщение детей дошкольного возраста к ценности «здоровье» - это комплексная педагогическая работа, направленная на закрепление в сознании ребенка ценности здоровья и формирование устойчивого поведения, характеризующегося сознательным проявлением ребенком заботы о собственном здоровье, стремлением к его укреплению.

Проблема формирования ценности здоровья у детей исследовалась такими авторами, как Н.А. Жербакова [20], В.Ю. Кротова [29], А.А. Ошкина [41], М.Ю. Стожарова [46], М.Р. Югова [56] и др.

М.Р. Юговой предложена система работы по формированию ценности «здоровье», включающая планирование образовательной деятельности и содержание занятий. Содержание занятий позволяет в игровой форме расширить представления о способах сохранения здоровья, а педагогам - умело применять занимательный материал в разнообразных формах работы с детьми по формированию умений и навыков здоровой жизнедеятельности, поможет создать устойчивую мотивацию потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих [56].

А.А. Ошкина в своем исследовании отмечает, что «большинство педагогов считают, что решение данной задачи по значимости является первостепенной, и говорят о необходимости усиленной работы в данном

направлении. Большинство педагогов могут дать четкое определение понятия «здоровье», знают структуру здорового образа жизни, имеют представления о механизмах формирования здорового образа жизни, однако обладают недостаточной теоретической подготовкой по использованию эффективных средств и методов работы в этом направлении» [41, с.47].

В.Ю. Кротова анализирует проблемы будущих педагогов к формированию основ здорового образа жизни дошкольников [29].

М.Ю. Стожарова, Ю.В. Юсубова исследовали проблемы формирования профессиональной компетентности педагогов ДСО в области здоровьесберегающих технологий [46].

Н.А. Жербакова изучала готовность педагогов к проектированию здоровьесберегающей образовательной среды дошкольной образовательной организации [20].

Сущность приобщения детей дошкольного возраста к ценности «здоровье» характеризуется комплексом педагогических условий и методов.

Во-первых, это необходимость осознания всеми участниками педагогического процесса (детьми, воспитателями, родителями) здоровья как важнейшей ценности и того, что в значительной степени здоровье поддается целенаправленной корректировке, улучшению при правильном воздействии. Данное педагогическое условие является базовым, поскольку без осознания ценности здоровья, особенно со стороны ребенка, невозможно успешное долгосрочное формирование здорового образа жизни. Закрепление ценностных установок у детей должно осуществляться в ходе бесед, ежедневной жизнедеятельности.

Во-вторых, это необходимость совместной работы педагогов дошкольного образовательного учреждения и родителей, поскольку ребенок проводит дома значительную часть времени, родители обладают авторитетом, в связи с этим важно, чтобы здоровый образ жизни формировался не только в стенах детского сада, но и за его пределами.

В-третьих, это соблюдение детьми необходимых гигиенических процедур как базовый навык в рамках здорового образа жизни. Педагоги должны научить ребенка, с одной стороны, выполнять гигиенические процедуры правильно (умываться, чистить зубы), с другой - убедить в необходимости их регулярности.

В-четвертых, это проведение комплекса закаливающих мероприятий, направленных на профилактику заболеваний и укрепление иммунитета детского организма.

В-пятых, это мотивация детей на правильное питание: отказ от вредной пищи, мотивация на потребление здоровой пищи, своевременное сбалансированное питание. Необходимо объяснить детям, что организм человека строится из элементов, которые присутствуют в продуктах питания [22].

Приобщение к ценности «здоровье» способствует разностороннему развитию ребенка, улучшению деятельности всех систем организма и решает следующие задачи:

- 1) формирование культурно-гигиенических навыков;
- 2) повышение защитных сил организма путем закаливания посредством оздоровительных физических факторов (солнечные, водные, воздушные факторы);
- 3) укрепление опорно-двигательного аппарата и формирование правильной осанки посредством физических способов - физических упражнений, формирование выносливости;
- 4) создание оптимальных условий становлению функций растущего организма, повышение их функциональных возможностей.

Приобщение к ценности «здоровье» необходимо начинать с детства, уже в дошкольном возрасте. Именно в дошкольном периоде идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и

практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Дошкольный возраст является сензитивным периодом формирования ценностного отношения к своему здоровью. Об этом свидетельствуют исследования А.А. Зайцева [22], Т.Г. Кареповой [24] и других авторов по формированию здорового образа жизни у дошкольников. Поэтому воспитание у детей положительной мотивации на здоровье, ориентация их жизненных интересов на здоровый образ жизни - это в первую очередь, педагогическая задача.

В процессе приобщения детей к ценности «здоровье» необходимы усилия не только педагогов, но и семьи. Воспитывать здорового ребёнка можно лишь, когда соблюдаются единые требования детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно-гигиенических навыков, развития двигательных навыков.

Выделяют следующие основные направления приобщения детей к ценности «здоровье» (рисунок 1).

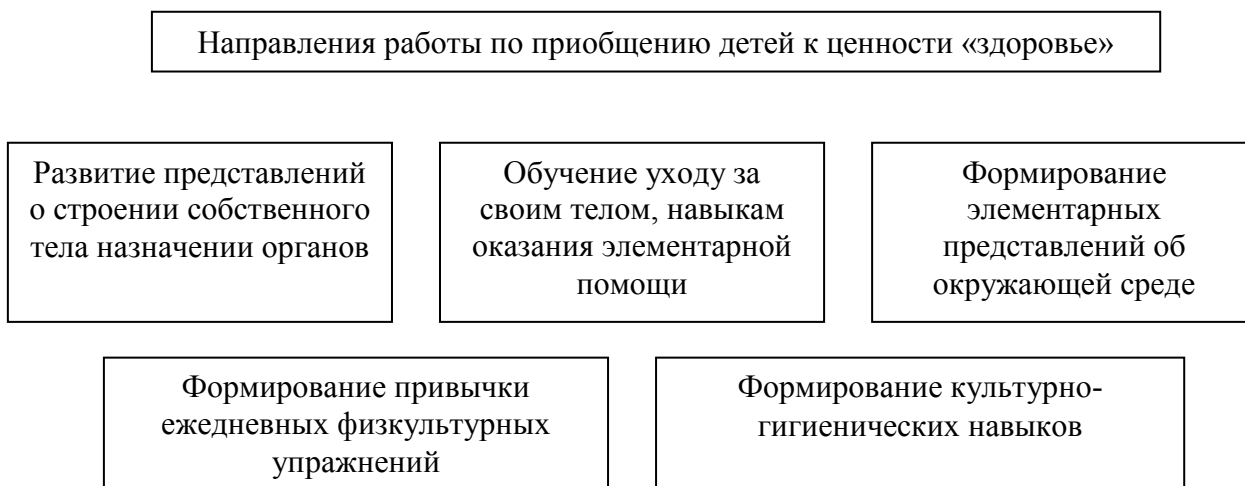


Рисунок 1 - Основные направления работы по приобщению детей к ценности «здоровье» [21]

Также в дошкольной педагогике осуществляются следующие направления работы:

- воспитательная и оздоровительная направленность образовательного процесса. На этом этапе предусматривается, например, проведение уроков «здоровья» для дошкольников («Береги здоровье», «Праздник чистоты», «В гостях у Мойдодыра»);

- физическое развитие и оздоровление детей. Использование общеизвестных средств: закаливание; массаж; упражнения, направленные на формирование осанки и развитие опорно-двигательного аппарата; утренний заряд;

- профилактическая работа. Например, формирование культурно-гигиенических навыков, профилактика плоскостопия, гимнастика пробуждения, прогулки на свежем воздухе, полезная пища, двигательная активность, соблюдение санитарного режима;

- работа с родителями: родительские собрания, дни открытых дверей, консультации, праздники;

- обеспечение психологического благополучия.

Таким образом, приобщение к ценности «здоровье» - это мероприятия, направленные на профилактику болезней и укрепление здоровья. Приобщение к ценности «здоровье» - это комплексная педагогическая работа, направленная на закрепление в сознании ребенка ценности здоровья и формирование устойчивого поведения, характеризующегося сознательным проявлением ребенком заботы о собственном здоровье, стремлением к его укреплению.

Модель приобщения дошкольников к ценности «здоровье» в дошкольных образовательных организациях включает в себя следующие компоненты: 1) воспитание навыков и привычек культуры поведения, гигиенических навыков; 2) физическая культура и спорт; 3) лечебно-профилактические мероприятия; 4) учебно-воспитательная работа; 5) оздоровительные мероприятия; 6) работа с родителями.

Среди средств и методов приобщения детей дошкольного возраста к ценности «здоровье» можно отметить соблюдение режима дня, правильное питание, формирование культурно-гигиенических навыков, физическая

активность, прогулки на свежем воздухе, формирование физического климата в помещениях, озеленение территории, формирование благоприятного психологического эмоционального климата.

Оптимизация режима дня. Режим дня формируется в соответствии с особенностями биоритма, с учетом физической и умственной работоспособности, а также эмоциональной реактивности в первый и второй половине дня. Кроме того, такие занятия, как физкультурные и музыкальные, организуются во второй половине дня.

Оптимизация питания детей. Должны учитываться некоторые объективные индивидуальные особенности детей. Количество белка должно соответствовать возрастной норме. В питании детей, у которых присутствует пищевая аллергия, необходимо исключить продукты, которые являются индивидуальными аллергенами.

Формирование культурно-гигиенических навыков. Большинство детей к завершению младшего дошкольного возраста уже умеют самостоятельно умываться. Для формирования и закрепления этого навыка ребенку помогают: учат закатывать рукава, хорошо намыливать руки мылом, хорошо их ополаскивать, смывать мыло, досуха вытираться полотенцем [6].

Формирование физического климата в помещениях (чистота, температура воздуха, уровень освещенности). В детском саду необходимо четко следовать установленным нормативам, которые закреплены в действующих санитарных нормах.

Озеленение территории детского сада. В детском саду должны быть высажены деревья и кустарники по периметру детского сада, чтобы создать экологическую зону.

Одним из наиболее перспективных и эффективных направлений сбережения здоровья детей является закаливание. В детском саду должна проводиться работа по укреплению здоровья детей и закаливанию организма. Необходимо реализовать комплекс закаливающих процедур с применением природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья

детей. В дошкольных образовательных организациях применяются ходьба босиком по дорожке здоровья, горловое полоскание, обширное умывание водой комнатной температуры, гимнастика после сна, мытье ног, гигиенический душ теплой водой, подвижные игры на улице, дозированные солнечные ванны, физкультурные занятия на прогулке и другие [12].

Физическая активность детей. В дошкольном возрасте ведущей формой деятельности является игра, поэтому основная часть занятий по физическому развитию детей проводится в игровой форме. Большое значение для развития ребенка имеет двигательный режим. Двигательный режим - это научно продуманная организация двигательной активности ребенка в течение всего дня. Об этом надо постоянно помнить каждому педагогу, ведь в этом - залог здоровья дошкольников. Педагоги обеспечивают оптимальный двигательный режим следующими методами: это рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности.

Прогулки на свежем воздухе. Как правило, в целях безопасности детей прогулки на свежем воздухе осуществляются на территории детского сада. В процессе прогулок дети пользуются действующим игровым оборудованием (качели, песочницы) и детскими игрушками, которые можно взять из комнаты детского сада.

Воспитателем и инструктором по физической культуре проводятся занятия по физической культуре в помещении и на улице в соответствии с учебным планом и требованиями СанПиН.

Двигательная активность имеет особое значение для формирования здорового образа жизни и физического воспитания. При реализации режима двигательной активности учитываются индивидуальные особенности каждого ребенка. Данный режим включает в себя три раза в неделю непосредственную образовательную деятельность по физической культуре, а также ежедневную утреннюю гимнастику, прогулки на свежем воздухе каждый день, а также подвижные игры, физкультурные минутки, музыкально-ритмические занятия.

Эффективной формой формирования здорового образа жизни являются спортивные досуги, развлечения и праздники. Среди них: «Веселые старты», «Зимние забавы», «День здоровья», «Лето здоровья» и другие. Такие мероприятия по сбережению здоровья детей, как физкультурные досуги, праздник скакалки, праздник мяча, путешествия на остров здоровья, спартакиада для дошкольников и многие другие способствуют формированию здорового образа жизни. Эти мероприятия дают возможность создания такого двигательного режима, который будет повышать функциональные возможности детей, а также формировать их закаленность и будет являться эффективным средством всестороннего развития.

Регулярная работа по развитию физической культуры, закаливающие мероприятия, праздники, подвижные игры дают положительный результат. Это оказывает эффективное воздействие на физическое развитие каждого ребенка.

Для физического развития дошкольников применяются спортивный инвентарь, игрушки для организации двигательной активности детей и подвижных игр. Развивающая среда дает возможность развития детей и способствует их эмоциональному благополучию, развитию уверенности в себе и защищенности.

Для рациональной организации двигательной активности необходима организация подвижных игр на прогулках. Только в играх можно достичь наилучших результатов в физическом развитии детей, так как во время игр создается положительный эмоциональный настрой, игра является естественным видом деятельности для дошкольников.

Во время прогулок на свежем воздухе должно быть организовано участие детей в совместных подвижных играх и физических упражнениях. Например, должны проводиться подвижные игры с мячом, скакалкой. Желательно разработать картотеку подвижных игр («Лиса в курятнике», «Зайцы и волк», «Птички и кошка», «Через ручеек» и другие). Так, во время игры «Лиса в курятнике» у детей развивается умение двигаться по сигналу, дети упражняются в прыжках, в беге. Игра «Зайцы и волк» упражняет детей в прыжках на

обеих ногах, беге, приседании. В игре «Через ручеек» у детей развивается ловкость и умение удерживать равновесие. Воспитатели развивают инициативу детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений, поощряют самостоятельное использование детьми имеющегося физкультурного и спортивно-игрового оборудования. В детском саду у детей воспитывается интерес к физическим упражнениям, они учатся пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

В каждой группе должно быть физкультурное оборудование для этих целей. Для активного отдыха детей нужно организовать физкультурные досуги, спортивные праздники, «День здоровья».

С детьми ежедневно должна проводиться утренняя гимнастика под музыкальное сопровождение, а также в процессе образовательной деятельности - физкультминутка и пальчиковая гимнастика [14].

Особое внимание нужно уделять работе с родителями: проводить консультации для родителей по вопросам профилактики простудных заболеваний у детей, сохранения зрения, организации закаливающих процедур дома и другие консультации. Необходимо разработать рекомендации для родителей о здоровом образе жизни детей. Родителям должно быть рекомендовано обращать внимание на двигательную активность детей, состояние их здоровья, прогулки на свежем воздухе, организацию подвижных игр и так далее.

Важным фактором приобщения к ценности «здоровье» является благоприятный психологический эмоциональный климат. Как известно, физическое и психическое здоровье человека взаимосвязаны, одно оказывает влияние на другое. Поэтому так важно, чтобы дети с удовольствием приходили в детский сад каждый день, с удовольствием общались между собой и с воспитателями [14].

В дошкольных образовательных организациях должен проводиться комплекс мероприятий по сохранению здоровья детей, в том числе

физкультурные досуги, праздник скакалки, праздник мяча, путешествия на остров здоровья, спартакиада для дошкольников и многие другие.

Таким образом, для приобщения детей дошкольного возраста к ценности «здоровье» необходимо соблюдение режима дня, правильное питание, формирование культурно-гигиенических навыков, физическая активность, прогулки на свежем воздухе, формирование физического климата в помещениях, формирование благоприятного психологического эмоционального климата. Все это является необходимым и основополагающим компонентом педагогической деятельности, поскольку здоровье детей - это основа для их успешного не только физического, но и интеллектуального, нравственного, психологического развития.

1.2 Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста как основы приобщения к ценности «здоровье»

Большое значение для приобщения детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье» имеет формирование у них культурно-гигиенических навыков.

В основополагающей работе С.В. Петериной «Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста» излагается содержание работы по воспитанию культуры поведения, обосновывается возможность и необходимость формирования культурных навыков, начиная с младшего дошкольного возраста, раскрывается методика педагогического воздействия на детей во всех видах их деятельности [42].

С.В. Петерина отмечает, что «культурно-гигиенические навыки - важная составляющая часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, тела, причёски, одежды, обуви продиктована

не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Однако не менее важны и социальные аспекты, ведь опрятность демонстрирует уважение к себе и окружающим, а также влияет на общее впечатление. » [42, с.7].

Воспитание у детей навыков личной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту. В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки совершенствовались.

Культурно-гигиеническое воспитание - основа санитарной культуры, необходимое условие формирования у детей установки на здоровый образ жизни в будущем. Культурно-гигиенические навыки у детей воспитываются с самого раннего возраста, при формировании культурно-гигиенических навыков идёт не простое усвоение правил, норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации ребенка.

Формирование культурно-гигиенических навыков является одной из наиболее актуальных и важных задач в воспитании детей младшего дошкольного возраста. Правильно организованная работа, которая хорошо продумана и спланирована, способствует укреплению здоровья детей и воспитанию их культуры поведения. Формирование культурно-гигиенических навыков именно в младшем дошкольном возрасте является особенно важным. С одной стороны, в этом возрасте созданы наиболее благоприятные условия для прочного усвоения и закрепления культурно-гигиенических знаний и навыков. С другой стороны, неправильное поведение, сформированное в этом возрасте, сложно изменить в будущем. Ценность гигиенической культуры очевидна, она важна наравне с умением читать и писать, способствует укреплению здоровья человека.

Первостепенное значение для психического и физического развития детей является формирование навыков самообслуживания и культурно-гигиенических знаний. Овладение культурно-гигиеническими навыками

(навыками личной гигиены, самообслуживания, культуры еды и поведения) оказывает непосредственное влияние на формирование самооценки детей.

Проблема формирования культурно-гигиенических навыков у детей рассматривается в работах О.И. Бочкаревой [10], Е.В. Горбуновой [15], В.А. Зебзеевой [23], Е.Ю. Кониной [28] и других исследователей.

Понятие культурно-гигиенических навыков рассматривали такие исследователи, как: А.Г. Гогоберидзе, С.В. Петерина, Г.А. Урунтаева, и др.

Г.А. Урунтаева полагает, что изучение культурно – гигиенических навыков воздействует не только на игровую деятельность, но и на отношение дошкольника с педагогами и родителями» [50].

А.Г. Гогоберидзе пишет: «С дошкольного возраста дети должны усвоить определенные правила культуры еды: принимать пищу сидя за столом, есть с закрытым ртом, не спеша, тщательно пережевывая пищу, правильно пользоваться столовыми приборами» [18, с.202].

Дети младшего дошкольного возраста могут осознано усваивать не только правила, но и нормы поведения.

Вопросы формирования у детей навыков самообслуживания еще во второй половине XX века исследовала Г.А. Урунтаева [50] и другие. Она подробно рассматривала вопросы закономерностей культурно-гигиенического развития детей. Ценным является также то, что авторами предложены конкретные рекомендации и педагогические приемы формирования культурно-гигиенических навыков у детей, которые применяются педагогами в дошкольных образовательных организациях.

Воспитание культурно-гигиенических навыков направлено на воспитание культуры поведения и приобщение к ценности «здоровье». Любовь к чистоте и порядку является первым шагом в формировании здоровья и физическом развитии.

О том, что формирование культурно-гигиенических навыков является очень важным направлением в работе с детьми, писали еще знаменитые отечественные педагоги А.С. Макаренко и К.Д. Ушинский [36]. Они отмечали,

что необходимо обучать детей правильному поведению в быту и общественных местах, самостоятельности при одевании, прием пищи, и других процессах.

Культурно-гигиенические навыки - это навыки личной гигиены, поддержание в порядке одежды и окружающей обстановки, культуры еды и внешних действий. Понятие культурно-гигиенических навыков широко применяется в педагогике.

В научно-педагогической литературе отмечается, что культурно-гигиенические навыки необходимы для жизни, труда, сохранения здоровья. Например, навык следить за чистотой тела свидетельствует не только о культуре ребенка, но и является базой для поддержания здоровья в течение всей жизни.

Культурно-гигиеническое воспитание детей является частью общего воспитания, которое осуществляется дома и в дошкольной образовательной организации. Формирование культурно-гигиенических навыков основано на постоянном и поэтапном повторении необходимых действий. Выполнение культурно-гигиенических действий в ежедневном режиме приводит к формированию привычки и устойчивости навыков. Следует отметить, что большое воспитательное значение имеет поведение взрослых. В связи с тем, что дети подражают взрослым, воспитательное воздействие будет эффективным только в том случае, если дома и в дошкольной образовательной организации взрослые сами выполняют культурно-гигиенические действия.

Воспитание культурно-гигиенических навыков способствует одновременному решению двух основных задач. Во-первых, приобщение к ценности «здоровье». Во-вторых, воспитание культуры поведения. Культурно-гигиенические навыки являются важным фактором сохранения здоровья. Невозможно укреплять здоровье без соблюдения правил гигиены. В науке значительный вклад в развитии гигиены детей внесли М.С. Маслов, В.И. Молчанов, Г.Н. Сперанский, и другие исследователи. В их работах содержится ценная информация о питании, уходе, закаливанию и воспитанию детей. Результаты данных исследователей являются основой системы формирования

культурно-гигиенических навыков, которые применяются в дошкольных образовательных организациях.

Процесс формирования культурно-гигиенических навыков является длительным, в связи с этим одни и те же воспитательные действия могут повторяться много раз для получения устойчивого результата. Воспитание культурно-гигиенических навыков реализуется посредством научения и приучения, объяснения, поэтому воспитание навыков нужно планировать в режиме дня [28].

В процессе воспитания детей родителям и педагогам необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для детей естественным процессом, а гигиенические навыки постепенно совершенствовались.

Необходимо, чтобы культурно-гигиенические навыки стали для детей потребностью, то есть привычкой. В процессе усвоения навыков они обобщаются и переносятся в игровую ситуацию, способствуя развитию игровой деятельности детей. В игре отражаются взаимоотношения, которые сформировались в бытовых ситуациях. В процессе игры дети имитируют бытовые действия (например, мытье рук, прием пищи) что способствует закреплению культурно-гигиенических навыков. Также в игре отражаются правила культурно-гигиенических навыков.

Обратим внимание на различия таких понятий, как умение и навык. Умение - это сформированное у детей способность совершать определенные действия на базе имеющихся знаний. Навык - это автоматизированное действие, которое формируется в результате многократных упражнений и повторений.

Младший дошкольный возраст является одним из самых важных этапов развития ребенка, ведь именно в это время закладываются основы его личности, формируется характер и происходит активное развитие психических процессов.

В младшем дошкольном возрасте у ребенка активно формируются двигательные навыки и координация движений. Дети становятся подвижными, активными и любознательными. У них проявляется интерес к различным видам спорта и играм, что способствует развитию моторики и координации. В этот период важно обеспечить ребенку достаточную двигательную активность, чтобы избежать проблем с осанкой и развитием опорно-двигательного аппарата [47].

Младшие дошкольники начинают проявлять интерес к познанию окружающего мира, учатся задавать вопросы и искать на них ответы. В этом возрасте дети начинают активно осваивать речь, учиться читать и считать. Важно помнить, что ребенок не просто усваивает информацию, но и сам пытается ее осмыслить и применить на практике.

У младших дошкольников преобладает эмоциональная сфера, они еще не умеют контролировать свои чувства и эмоции. В этом возрасте ребенок учится выражать свои эмоции, понимать чувства других людей и сопереживать им. Благодаря этому, дети становятся более чуткими и отзывчивыми.

В младшем дошкольном возрасте необходимо рассказать детям о том, что вредные привычки могут привести к негативным последствиям. Например, если держать во рту мелкие предметы и грызть карандаши.

В младшем дошкольном возрасте необходимо предоставлять детям возможность выполнять те или иные культурно-гигиенические действия самостоятельно. Это дает ребенку возможность почувствовать себя взрослым и независимым. Данное обстоятельство связано с тем, что в этом возрасте ребенок стремится продемонстрировать взрослым, что он умеет самостоятельно есть и умываться. Поддержание самостоятельности у ребенка является важным условием формирования культурно-гигиенических навыков [49].

По мере усвоения гигиенические навыки обобщаются и переносятся в игровую ситуацию, способствуя формированию игровой деятельности. В процессе игры дети отражают взаимоотношения, которые формируются в бытовых процессах. Ребенок проявляет свое отношение к кукле, как родители

относятся к нему в определенных ситуациях. В процессе игры дети воспроизводят бытовые действия: например, моют руки, кормят куклу. Это способствует закреплению действий с бытовыми предметами (ложкой, чашкой и другими). Кроме того, в игре закрепляются правила, которые связаны с культурно-гигиеническими навыками: например, на столе надо красиво расставить посуду, аккуратно сложить одежду кукле.

Таким образом, формирование культурно-гигиенических навыков является важным и необходимым условием приобщения к ценности «здоровье». В результате изучения научной литературы и известных образовательных программ, можно сделать вывод, что воспитание у детей навыков гигиены является очень важным для охраны их здоровья правильного, культурного поведения в быту и общественных местах в повседневной жизни. От знания и выполнения детьми гигиенических правил зависит не только их собственное здоровье, но и здоровье других детей и взрослых людей.

Дадим психолого-педагогическую характеристику детей младшего дошкольного возраста, влияющую на формирование культурно-гигиенических навыков.

В младшем дошкольном возрасте ребенок начинает осваивать основы культуры поведения, учится правилам поведения в быту. Он узнает, как вести себя во время приема пищи, как правильно выходить из-за стола, говорить «спасибо» после еды. Ребенок понимает, что если он не сложит одежду перед сном, она помнется, станет некрасивой. Освоение правил происходит через приучение, когда взрослый постоянно требует их выполнения и контролирует это. Выполнение правил подкрепляется положительной оценкой, благодаря чему они становятся привычками - действиями, которые выполняются автоматически и становятся потребностью ребенка [19].

Воспитание культурно-гигиенических навыков в младшем дошкольном возрасте направлено на воспитание культуры поведения и укрепления здоровья детей. Любовь к чистоте и порядку является первым шагом в формировании здоровья и физическом развитии.

Воспитание культурно-гигиенических навыков в младшем дошкольном возрасте способствует одновременному решению двух основных задач. Во-первых, укрепление здоровья детей. Во-вторых, воспитание культуры поведения. Культурно-гигиенические навыки являются важным фактором сохранения здоровья

В процессе воспитания детей родителям и педагогам необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для детей естественным процессом, а гигиенические навыки постепенно совершенствовались.

Для начального формирования культурно-гигиенических навыков младший дошкольный возраст является наиболее благоприятным периодом.

В этом возрасте большое значение имеет взаимодействие детей с педагогом и родителями, поскольку взрослый является образцом для подражания во всем, в том числе в сфере выполнения культурно-гигиенических действий.

Младший дошкольный возраст (3-4 года) характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. Повышается активность ребенка, усиливается ее целенаправленность; более разнообразными и координированными становятся движения. С 3-4 лет происходят существенные изменения в характере и содержании деятельности ребенка, в отношениях с окружающими: взрослыми и сверстниками.

Рассмотрим особенности младшего дошкольного возраста, влияющие на процесс формирования культурно-гигиенических навыков [19].

Во-первых, это непроизвольность внимания. Дети в данном возрасте не могут долго концентрироваться на одном занятии. В связи с этим, воспитателю нужно применять различные методы и приемы, чтобы поддерживать интереса детей к процессу формирования культурно-гигиенических навыков.

Во-вторых, дети младшего дошкольного возраста обладают большой эмоциональностью. Они восприимчивы к внешнему воздействию и активно реагируют на него. Данную особенность необходимо учитывать при

формировании культурно-гигиенических навыков, так как эмоции могут, с одной стороны, способствовать, а с другой - мешать процессу обучения.

Также дети младшего дошкольного возраста имеют высокую потребность в подражании. Они хотят повторять за взрослыми их поступки. Поэтому нужно, чтобы взрослые показывали пример соблюдения навыков гигиены.

Детям в младшем дошкольном возрасте недостаточно самостоятельны. Потому при формировании культурно-гигиенических навыков их нужно поддерживать и оказывать им помощь.

Дети младшего дошкольного возраста обладают непосредственностью восприятия и мышления и у них слабо развиты волевые процессы. Поэтому дети часто отвлекаются и не могут контролировать свои действия. Поэтому при формировании культурно-гигиенических навыков взрослым нужно помогать детям, при этом устанавливая четкие правила и поддерживая усилия детей по соблюдению данных правил.

Еще одной особенностью младшего дошкольного возраста, влияющей на формирование культурно-гигиенических навыков, является то, что дети обладают высокой потребностью в общении и активном взаимодействии с взрослыми и сверстниками. Все это положительно влияет на развитие социальных навыков и формирование культуры гигиены.

В младшем дошкольном возрасте ребенок начинает знакомиться с миром предметов, которые созданы человеком. В связи с этим, ребенок осваивает орудийные и соотносящие предметные действия. Первые действия предполагают овладение предметом в качестве орудия воздействия на другой предмет. Например, ложкой едят суп, из чашки пьют чай. Соотносящие действия позволяют изменять пространственное положение предметов: например, ребенок кладет мыло в мыльницу, открывает и закрывает коробочки.

Окружающие ребенка предметы в младшем дошкольном возрасте, такие как одеяло, кровать, столовые приборы, являются теми предметами, с помощью которых ребенок входит в социальный мир. Данные предметы способствуют удовлетворению потребностей детей. В младшем дошкольном возрасте ребенок

сам не владеет способами удовлетворения потребностей, поэтому требуется помощь со стороны взрослого. Важным направлением формирования культурно-гигиенических навыков у детей в младшем дошкольном возрасте является формирование навыков самообслуживания. В этом возрасте у детей появляются первые признаки проявления самостоятельности, которые связаны с овладением предметными действиями и навыками самообслуживания. Также в данном возрасте у детей появляется желание помочь взрослым: например, положить игрушки и книжки на место, подмести пол, вытереть стол салфеткой. При этом в младшем дошкольном возрасте смысл культурного поведения для ребенка еще не ясен. Он выполняет какие-либо действия в целях выполнения поручений взрослого, что является особенностями развития в данный возрастной период.

Большое значение для формирования культурно-гигиенических навыков имеет режим дня. Режим дня - это четкий распорядок жизни в течение суток. В процессе выполнения разнообразных бытовых действий в течение дня ребенок осваивает серию гигиенических навыков. Постепенно навык становится потребностью и превращается в привычку. Например, навык умываться позволяет ребенку делать это ловко и быстро, а привычка умываться мотивирует его делать это легко и с радостью [23].

Режимные моменты играют важную роль в формировании культурно-гигиенических навыков у детей в детском саду, так как они представляют собой повторяющиеся процессы и действия, которые способствуют развитию у детей привычек и навыков, связанных с личной гигиеной, самообслуживанием и поведением в различных ситуациях.

В этом возрасте формируются привычки и навыки самообслуживания. В рамках режимных моментов дети учатся самостоятельно одеваться, раздеваться, умываться, пользоваться туалетом, содержать свое рабочее место в порядке и т.д. Все это помогает им стать более независимыми и ответственными, а также развивает координацию движений и мелкую моторику.

Дети в ходе режимных моментов обучаются правилам гигиены. Режимные моменты, такие как утренний туалет, умывание после прогулки, мытье рук перед едой, помогают детям усвоить правила личной гигиены и осознать их значение для здоровья и безопасности.

Формируется культура поведения. Режимные моменты также включают в себя различные формы взаимодействия детей друг с другом и с взрослыми (например, завтрак, обед, ужин, прогулка, сон), что способствует формированию у них культуры общения, уважения к окружающим и правилам поведения в общественных местах.

Регулярное и последовательное выполнение режимных моментов помогает детям быстрее адаптироваться к новым условиям и ситуациям, а также облегчает переход от одного вида деятельности к другому.

Взрослым (воспитателям, родителям) важно контролировать и оказывать помощь детям в процессе выполнения режимных моментов, чтобы они могли быстро и правильно усвоить необходимые навыки и привычки.

В целом, режимные моменты являются важной составляющей процесса формирования культурно-гигиенических навыков у дошкольников, способствуя развитию самостоятельности, ответственности, культуры поведения и гигиены у детей.

В данном возрасте необходимо предоставлять детям возможность выполнять те или иные культурно-гигиенические действия самостоятельно [7].

Прежде всего, необходима организация рациональной обстановки как первого шага к формированию культурно-гигиенических навыков в дошкольной образовательной организации. Рационально организованная обстановка - это, прежде всего, наличие чистого и просторного помещения с необходимым оборудованием, которое обеспечивает проведение всех режимных моментов (умывание, прием пищи, сон, занятия и игры).

Очень важно, чтобы все предметы располагались удобно для детей, а пространственная среда характеризовалась постоянством условий. Дети должны знать, какие вещи им необходимы в течение дня, а также их

назначение. Например, в умывальной комнате должно быть достаточное количество раковин, на каждой из которых лежит мыло, все предметы должны быть расположены с учетом роста детей. Чтобы повысить интерес детей к умыванию, можно над каждым полотенцем разместить картинку.

Таким образом, рационально организованная обстановка является предметной основой для эффективной педагогической работы по формированию у детей культурно-гигиенических навыков [28].

Федеральная образовательная программа дошкольного образования предусматривает формирование культурно-гигиенических навыков у детей. В программе признается, что младший дошкольный возраст является важным периодом для формирования основ физического здоровья детей. В программе большое внимание уделяется воспитанию культурно-гигиенических навыков и созданию для этого необходимых условий. Задача формирования культурно-гигиенических навыков должна осуществляться во всех возрастных группах в соответствии с программными требованиями. Детей учат понимать ценность здорового образа жизни, бережно относиться к своему здоровью, знакомят с культурно-гигиеническими правилами [5].

Внимание формированию культурно-гигиенических навыков уделяется в Федеральной образовательной программе дошкольного образования (ФОП ДО). В ней указывается, в возрасте 3-4 года необходимо «закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни» [5].

В ФОП ДО для формирования культурно-гигиенических навыков рекомендуется проводить практические, проблемные ситуации, упражнения. Указывается, что дети в 3-4 года должны знать названия действий гигиенических процессов умывания, одевания, купания, еды, ухода за внешним видом и поддержания порядка [5].

Формирование культурно-гигиенических навыков осуществляется под руководством взрослых. Дети приобретают навыки в семье, а также в общении с воспитателем и помощником воспитателя. Чтобы происходило эффективное

формирование гигиенических навыков, необходимо обеспечение согласованности в требованиях дошкольной образовательной организации и семьи. Родителям следует закреплять у детей гигиенические навыки, которые воспитываются у детей в дошкольной организации. Кроме того, родители должны сами соблюдать гигиенические правила, чтобы подавать ребенку пример правильного поведения.

Воспитателям необходимо применять в своей работе комплекс методов и средств по формированию у детей культурно-гигиенических навыков. В основу классификации методов воспитания положены основные формы мышления, которые определяют характер способов деятельности детей в процессе обучения: это наглядно-действенное и наглядно-образное мышление. Поэтому основными методами обучения детей являются наглядные, словесные, игровые и практические методы. Ребенок находится в центре воспитательного процесса. Ребенок является субъектом воспитания, а воспитатель воздействует посредством специальных методов. Методы воспитания - это способы педагогического воздействия на сознание детей, которые направлены на решение воспитательных задач и достижение воспитательной цели. Методы воспитания позволяют корректировать поведение детей, формировать качества их личности и их опыт. В рамках методов также применяются педагогические приемы, которые являются отдельным действием воспитателя внутри конкретного метода.

В научно-педагогической литературе называются следующие основные методы формирования культурно-гигиенических навыков у детей:

- разъяснение необходимости гигиенических навыков;
- показ и объяснение;
- пример взрослого;
- создание воспитывающих ситуаций;
- поощрение;
- упражнения и контроль [28].

Разъяснение необходимости выполнения режимных моментов и гигиенических процедур является основой для формирования у детей внутренней мотивации к приобретению гигиенических навыков. Детям необходимо объяснить цели выполнения тех или иных действий.

Важным методом формирования навыков является показ и объяснение. Данный метод является основным в педагогической работе. Показ должен сопровождаться пояснением воспитателя. При этом каждое новое действие должно быть четко разделено на последовательные этапы. Сначала необходимо обратить внимание детей на самые важные моменты, а только потом на незначительные. Например, воспитатель говорит, что для вытирания рук сначала необходимо взять полотенце. Очень важно, чтобы при обучении приемам одевания, умывания, уборки игрушек сохранялась одинаковая последовательность действий. Объяснение нового действия должно быть очень подробным, постепенно оно сводится к напоминанию правила. Напоминание может быть прямым или косвенным. Воспитатели должны показывать детям, как надо держать ложку, мыть руки и производить иные действия. При этом показ сопровождается объяснением. Умелое педагогическое руководство помогает детям овладеть навыками личной гигиены в короткие сроки.

Пример взрослого также является необходимым методом в процессе формирования культурно-гигиенических навыков у детей. Дети подражают воспитателям и родителям, быстро перенимают их действия. В связи с этим, личный пример является наиболее эффективным способом гигиенического воспитания. Под личным примером понимается опрятный внешний вид, образцовое поведение воспитателей и родителей. Указания взрослых не должны противоречить их собственному поведению. В противном случае все усилия, направленные на формирование культурно-гигиенических навыков, будут неэффективными.

Поощрение и оценка имеют большое значение в воспитании культурно-гигиенических навыков. Необходимо своевременно хвалить детей, чтобы у них сформировалось положительное отношение к гигиеническим процедурам и

осознанность в их выполнении. Одобрение взрослых способствует формированию желания поступать аналогично в будущем.

Необходимым для формирования культурно-гигиенических навыков является упражнение и контроль. Упражнение представляет собой активную деятельность детей, систематическое повторение действий для закрепления навыков и формирования привычки. Важен контроль правильности и систематичности действий. Отсутствие необходимого контроля приводит к появлению у детей неправильных навыков: например, ребенок неправильно держит ложку. По мере приобретения навыка непосредственная помощь воспитателя уменьшается, ребенок начинает все чаще выполнять действия самостоятельно.

Особое внимание необходимо уделять формированию новых навыков, которые связаны с изменением вида деятельности, появлением новых обязанностей. В дальнейшем приобретенные навыки необходимо закреплять и расширять.

Эффективным средством формирования у детей культурно-гигиенических навыков является применение игровой деятельности. Необходимо вовлекать детей в разнообразные игры, персонажи которых помогают более успешно усваивать необходимые навыки. В процессе игры у детей закрепляются навыки, которые изначально сформированы в повседневной жизни. Особенно эффективными являются дидактические (обучающие) игры «Уложи куклу спать», «Оденем куклу на прогулку», «Накормим куклу обедом». Проведение таких игр является интересным для детей, поэтому может быть более эффективным, чем беседы [23].

Необходимо вызвать у детей положительные эмоции в связи с выполнением гигиенических процедур. Интерес и внимание детей к бытовым действиям в этом возрасте предоставляют воспитателям возможность быстро научить детей определенной последовательности действий. Если в младшем дошкольном возрасте ребенок усвоит все необходимые правила гигиены, то с большой вероятностью он будет их выполнять и в будущем, что является

главным условием формирования здорового образа жизни и укрепления здоровья ребенка.

Рассмотрим основные пути формирования культурно-гигиенических навыков. Воспитатели должны создавать необходимые условия для формирования КГН: например, в туалетной комнате должны быть крючки и полочки, которые расположены на удобном для детей уровне, а на полотенцах должны быть петельки, чтобы детям было удобно.

По мере освоения культурно-гигиенические навыки обобщаются, переносятся в игровую, воображаемую ситуацию, тем самым влияя на становление нового вида деятельности - игры. Для обучения культурно-гигиеническим умениям и формирования навыков самообслуживания очень важно использовать дидактические игры, которые являются для детей наиболее подходящей формой обучения. Главная их особенность состоит в том, что задание ребенку предлагается в игровой форме. Дети играют, не подозревая, что осваивают какие-то знания, овладевают действиями с определенными предметами, учатся культуре общения друг с другом.

Дидактическая игра направлена на развитие таких психических процессов, как память, мышление, воображение, развитие культурно-гигиенических навыков. Она вырабатывает усидчивость, дает простор для проявления самостоятельности. Внимание ребенка во время дидактических игр обращено на выполнение игровых действий, а задача обучения им не осознается. Это делает игру особой формой обучения.

В играх с куклами у детей формируются культурно-гигиенические навыки и нравственные качества - заботливое отношение к партнеру по игре - кукле, которое переносится затем на сверстников. Чтобы научить ребенка мыть руки, нужно предварительно рассматривать с ними сюжетные картинки, где изображены девочка или мальчик, которые умываются; предметные картинки с изображением предметов, необходимых для умывания (мыло, мыльница, вешалка с полотенцем, кран с водой).

Приобщая детей к ценности «здоровье», овладению основами гигиенической культуры в процессе умывания, важно использовать игры с водой, мыльными пузырями и проводить дидактические игры с игровым персонажем.

Большое влияние на формирование навыков оказывают соответствующие иллюстрации, художественные произведения, фольклор. Исследования показывают, что одним из наиболее эффективных средств формирования культурно-гигиенических навыков у детей является художественная литература. Художественная литература воздействует на чувства и разум ребенка, развивает его восприимчивость, эмоциональность, сознание и самосознание, формирует мировоззрение. Художественное слово позволяет воспитанникам глубже понять окружающий мир. Они воспринимают художественную литературу, запоминают полюбившиеся им потешки, сказки. В то время, когда дети играют и прослушивают художественный материал, не подозревая этого, они осваивают какие-то знания, овладевают навыками действий с определенными предметами, учатся культуре общения друг с другом. Использование художественного слова создает у детей хорошее настроение и формирует положительное отношение к выполнению культурно-гигиенических навыков.

Устное народное творчество - это комплекс произведений, созданных народом на протяжении истории его развития, и вбирающем в себя весь многовековой опыт. Народное творчество - это вид искусства, которое воздействует на различные стороны структуры личности ребенка [52].

Под потешки дети с интересом умываются и обедают, занимаются различными делами. Жизнь детей становится более интересной и яркой. Одновременно с этим развиваются память, внимание и речь.

Большое значение в развитии детей имеют народные сказки. Сказочные события воздействуют на эмоциональное состояние детей, побуждают детей выражать собственное отношение к событиям. Народные сказки для детей являются средством познания окружающей действительности, нравственного

развития, эмоционального воспитания. Кроме того, у детей развиваются эстетические понятия, осваиваются правила поведения.

Таким образом, в процессе целенаправленной педагогической работы по приобщению к ценности «здоровье» и формированию у детей младшего дошкольного возраста культурно-гигиенических навыков воспитателям следует применять комплекс научно-обоснованных методов и средств воспитания. Их применение будет способствовать быстрому и правильному выполнению детьми культурно-гигиенических действий и формированию соответствующих привычек и навыков. Культурно-гигиенические навыки, сформированные в детстве, являются основой для укрепления и охраны здоровья в будущем. Следует отметить, что методы и средства формирования культурно-гигиенических навыков у детей необходимо применять не разрозненно, а комплексно, в их взаимосвязи.

Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста является основой приобщения к ценности «здоровье».

Обобщая все вышесказанное по первой главе нашей работы, отмечаем, что роль ценности «здоровье» определяется тем, что здоровый образ жизни: способствует сохранению здоровья детей; является основой для интеллектуального, психологического и духовного развития; является необходимой базой для успешного дальнейшего обучения в школе и жизнедеятельности. Приобщение к ценности «здоровье» предполагает образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья. Анализ научной литературы позволил сформулировать следующие основные компоненты здоровья: соблюдение культурно-гигиенических навыков, оптимальный двигательный режим, рациональное правильное питание, умение бороться с негативными эмоциями, тренировка иммунитета и закаливание.

Необходимо отметить, что очень важным является формирование культурно-гигиенических навыков уже в младшем дошкольном возрасте, поскольку в этом возрасте закладываются основы правильного поведения. Для

начального формирования культурно-гигиенических навыков младший дошкольный возраст является наиболее благоприятным периодом. Для успешного формирования культурно-гигиенических навыков необходимо использовать методику в работе с детьми. Важно, чтобы обучение проходило в игровой форме, с использованием наглядных примеров и интересных заданий. Родители и педагоги должны быть терпеливыми и доброжелательными, чтобы ребенок не испытывал стресса и страха перед новыми задачами.

Формирование и закрепление культурно-гигиенических навыков зависит от комплекса факторов: эмоционального отношения детей к гигиеническим действиям, условий и возраста, с которого начинается педагогическая работа. Важнейшими условиями эффективного формирования культурно-гигиенических навыков являются методы и средства, которые применяются воспитателями, а также четкий режим дня и рационально организованная обстановка.

Глава 2. Опытнo-экспериментальная работа по приобщению детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье» через формирование культурно-гигиенических навыков

2.1 Изучение актуального уровня сформированности культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста

Цель: выявление уровня сформированности культурно-гигиенических навыков младших дошкольников.

Задачи эмпирического исследования:

- подобрать методики диагностики;
- провести первичную диагностику, проанализировать полученные результаты;
- провести работу по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста как основы приобщения к ценности «здоровье»;
- провести повторную диагностику и выявить динамику формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста как основы приобщения к ценности «здоровье».

Эксперимент проводился на базе структурного подразделения детский сад «Иволга» государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы №6 города Жигулёвска городского округа Жигулёвск Самарской области (ГБОУ СОШ №6 СПДС «Иволга»).

Исследование проводилось нами на базе одной группы детей. В исследовании принимали участие 18 детей, в том числе 12 мальчиков и 6 девочек в возрасте. Все дети младшего дошкольного возраста (возраст детей от 3 до 4 лет).

Состав группы представлен в Приложении А.

Для того, чтобы выявить уровень сформированности культурно-гигиенических навыков, мы выделили следующие показатели (таблица 1).

Таблица 1 - Выявление уровня сформированности культурно-гигиенических навыков

Задача	Показатели	Методика
Выявить уровень сформированности культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста	1. Владение навыком «Умывание»	Методика Г.А. Урунтаевой «Изучение сформированности культурно-гигиенических навыков»
	2. Владение навыком «Уход за телом, одеждой, обувью»	
	3. Владение навыком «Культура еды»	
	4. Владение навыком «Одевание - раздевание»	
Выявить уровень понимания детьми навыков и представлений о КГН	5. Сформированность у детей представлений о значимости навыков и представлений об алгоритме выполнения определенных действий, связанных с КГН.	Опрос детей по самостоятельно составленным нами вопросам

Для диагностики применялась методика «Изучение сформированности культурно-гигиенических навыков» Г.А. Урунтаевой [49].

Цель методики «Изучение сформированности культурно-гигиенических навыков» Г.А. Урунтаевой: выявить уровень сформированности культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников.

Для проведения данной методики применяется наблюдение за детьми в режимных моментах.

Рассмотрим подробнее навыки и критерии оценки.

1. Навык «Умывание».

Критерии оценки:

Высокий уровень (В - 3 балла): ребенок не капризничает во время умывания, умеет намыливать руки тщательно, может аккуратно смывать мыло, умеет мыть лицо, насухо вытереть руки, не требуется напоминаний для мытья рук после туалета.

Средний уровень (С - 2 балла): намыливание рук, смывание мыла осуществляется не всегда тщательно. Не всегда моет лицо. Вытирает руки

аккуратно. Не всегда засучивает рукава. В целом отношение к гигиеническим процедурам положительное.

Низкий уровень (Н - 1 балл): не проявляет желания умываться и самостоятельно следить за чистотой рук и лица. Намыливание и смывание мыла нетщательное. Вытирает руки неаккуратно. Не моет руки после туалета.

2. Навык «Уход за телом, одеждой, обувью».

Критерии оценки:

Высокий уровень (В - 3 балла): ребенок самостоятельно исправляет беспорядок в одежде, правильно пользуется носовым платком, аккуратно складывает одежду. Может самостоятельно пользоваться расческой и зеркалом. Может пользоваться самостоятельно горшком.

Средний уровень (С - 2 балла): необходима подсказка или помощь со стороны других людей.

Низкий уровень (Н - 1 балл): ребенок знает, как выполнять некоторые гигиенические правила, но не выполняет их, необходима помощь.

3. Навык «Культура еды».

Критерии оценки:

Высокий уровень (В - 3 балла): правильно сидит за столом, пережевывает пищу тщательно. За столом разговаривает тихо и вежливо. Может пользоваться салфеткой. Ест аккуратно, по окончании еды благодарит и убирает посуду.

Средний уровень (С - 2 балла): ест аккуратно и правильно, но иногда нужна подсказка со стороны взрослых.

Низкий уровень (Н - 1 балл): ребенок не выполняет процесс самостоятельно, ему необходимы напоминания и помощь взрослых.

4. Навык «Одевание - раздевание».

Критерии оценки:

Высокий уровень (В - 3 балла): относится к процессу положительно. Быстро и самостоятельно одевается и раздевается. Может правильно надевать обувь. Сам застегивает и расстегивает кнопки и пуговицы. Может сложить вещи в шкаф.

Средний уровень (С - 2 балла): одевается и раздевается самостоятельно, но иногда нужна подсказка или помощь другого человека. Отношение к процессу устойчиво положительное.

Низкий уровень (Н - 1 балл): отрицательное отношение к процессу, нет самостоятельности в осуществлении процесса. Нужны напоминания или помощь других людей.

Итоговый уровень развития КГН определяется исходя из суммы баллов по всем навыкам по следующей шкале:

Высокий уровень: 11-12 баллов.

Средний уровень: 7-10 баллов.

Низкий уровень: 4-6 баллов.

Также нами был проведен опрос детей, чтобы определить сформированность у детей представлений о значимости навыков и представлений об алгоритме выполнения определенных действий, связанных с КГН. Детям были заданы следующие вопросы по каждому навыку:

1. Зачем нужно мыть руки перед едой?
2. Как правильно мыть руки перед едой?
3. Нужно ли ухаживать за телом, одеждой и обувью?
4. Что будет если не ухаживать за телом, одеждой и обувью?
5. Расскажи кукле, что и зачем нужно делать во время еды.
6. Что будет если этого не делать?
7. Как правильно одеваться? Что одеваем сначала, а что потом?
8. Что будет если одеваться не по погоде?

Исследование проводилось в следующих условиях: в младшей группе детского сада в период режимных моментов.

На основании методики мы выявили высокий, средний и низкий уровень сформированности культурно-гигиенических навыков.

К высокому уровню мы отнесем тех детей, которые при умывании не капризничают, умеют намыливать руки тщательно, могут аккуратно смывать мыло, мыть лицо, насухо вытереть руки, им не требуется напоминаний для

мытья рук после туалета. Дети самостоятельно исправляют беспорядок в одежде, правильно пользуются носовым платком, аккуратно складывают одежду, могут самостоятельно пользоваться расческой, зеркалом, горшком. Дети правильно сидят за столом, пережевывают пищу тщательно, за столом разговаривают тихо и вежливо, могут пользоваться салфеткой, едят аккуратно, по окончании еды благодарят. Дети быстро и самостоятельно одеваются и раздеваются, могут правильно надевать обувь, самостоятельно застегивают и расстегивают кнопки и пуговицы, могут сложить вещи в шкаф. Дети понимают значение необходимости КГН, что они делают и зачем, в какой последовательности делают.

К среднему уровню мы отнесем тех детей, которые намыливают рук не всегда тщательно, смывание мыла осуществляется не всегда тщательно, не всегда моют лицо; вытирают руки аккуратно, не всегда застегивают рукава при умывании. В целом отношение к гигиеническим процедурам положительное. В процессе ухода за телом, одеждой, обувью необходима подсказка или помощь со стороны других людей. Такие дети едят аккуратно и правильно, но иногда нужна подсказка со стороны взрослых. Дети одеваются и раздеваются самостоятельно, но иногда им нужна подсказка или помощь, отношение к процессу устойчиво положительное. Дети в целом понимают необходимость КГН, но им нужна помощь взрослого при ответах. Дети не до конца понимают правильный алгоритм действий при выполнении КГН.

К низкому уровню мы отнесем тех детей, которые не проявляют желания умываться и самостоятельно следить за чистотой рук и лица, намыливание и смывание мыла нетщательное, вытирают руки неаккуратно, не моют руки после туалета. Дети не выполняют уход за телом, одеждой и обувью, им необходима помощь. Дети не могут есть самостоятельно, им необходимы напоминания и помощь взрослых. Дети отрицательно относятся к процессу, нет самостоятельности, им нужны напоминания или помощь других людей. Дети не осознают значимости КГН, не могут рассказать о последовательности действий при выполнении КГН либо отказываются отвечать.

Результаты диагностики по методике Г.А. Урунтаевой представлены в таблице 2.

Таблица 2 - Сводная таблица результатов уровня сформированности КГН у детей (констатирующий этап)

Уровень развития	Навыки			
	Умывание	Уход за телом, одеждой, обувью	Культура еды	Одевание-раздевания
Высокий	8 чел (44,4%)	6 чел (33,3%)	5 чел (27,8%)	3 чел (16,7%)
Средний	5 чел (27,8%)	5 чел (27,8%)	7 чел (38,9%)	6 чел (33,3%)
Низкий	5 чел (27,8%)	7 чел (38,9%)	6 чел (33,3%)	9 чел (50%)

Владение навыком «Умывание» на высоком уровне показали 44,4% детей, на среднем уровне 27,8%, на низком уровне 27,8%. По данному навыку наиболее высокие результаты показали Анна Б., Эмилия И., Агата И., Матвей Ш. и др. Низкие результаты по данному навыку показали Алексей А., Александр А., Мирослав Б., Михаил Д. и др.

Результаты диагностики навыка «Умывание» приведены на рисунке 1.

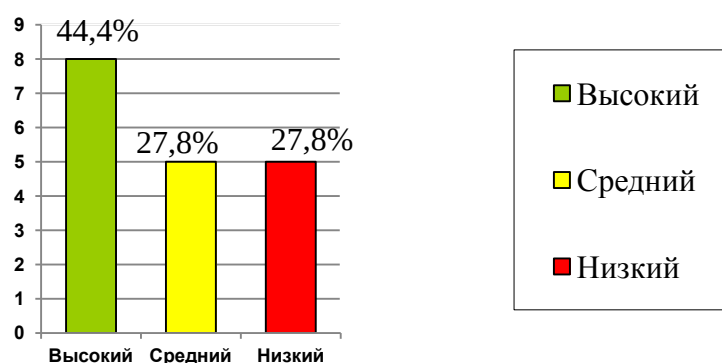


Рисунок 1 - Результаты диагностики навыка «Умывание»,
(констатирующий этап), %

Владение навыком «Уход за телом, одеждой, обувью» на высоком уровне показали 33,3% детей, на среднем уровне 27,8%, на низком уровне 38,9%. Высокие результаты по данному навыку у Анны Б., Эмилии И., Ансара

С., Арины Х. и др. Низкие результаты у Алексея А., Александра А., Мирослава Б., Михаила Д. и др.

Результаты диагностики навыка «Уход за телом, одеждой, обувью» приведены на рисунке 2.

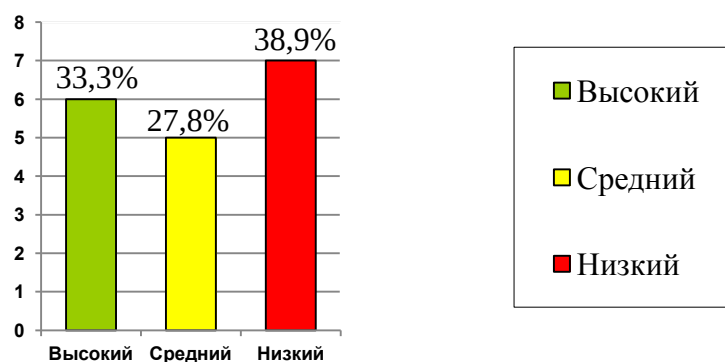


Рисунок 2 - Результаты диагностики навыка «Уход за телом, одеждой, обувью»,
(констатирующий этап), %

Владение навыком «Культура еды» на высоком уровне показали 27,8% детей, на среднем уровне 38,9%, на низком уровне 33,3%. Высокие результаты показали Эмилия И., Василиса К., Алексей П., Арина Х. и др. Низкие результаты показали Алексей А., Мирослав Б., Михаил Д., Михаил К. и др.

Результаты диагностики навыка «Культура еды» приведены на рисунке 3.

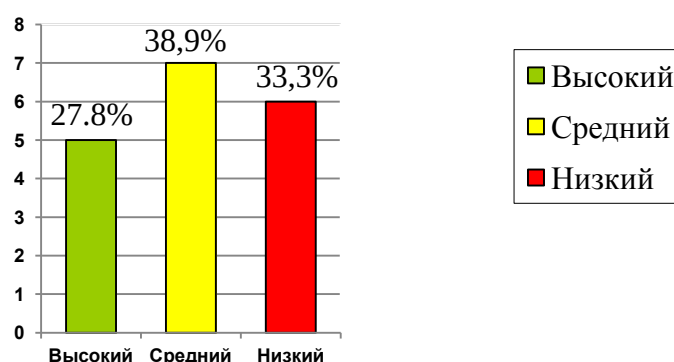


Рисунок 3 - Результаты диагностики навыка «Культура еды»,
(констатирующий этап), %

Владение навыком «Одевание-раздевание» на высоком уровне показали 16,7% детей, на среднем уровне 33,3%, на низком уровне 50,0%. Высокие

результаты показали Анна Б., Агата И., Инесса М. Низкие результаты показали Алексей А., Александр А., Мирослав Б., Михаил Д., Михаил К.

Результаты диагностики навыка «Одевание-раздевание» приведены на рисунке 4.

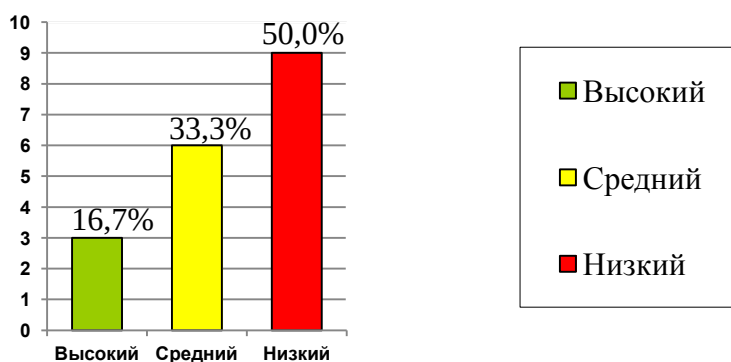


Рисунок 4 - Результаты диагностики навыка «Одевание-раздевание»,
(констатирующий этап), %

Приведем распределение баллов на констатирующем этапе исследования в Приложении Б.

По итогам диагностики мы выявили следующие закономерности:

1. Наиболее высокие результаты продемонстрированы по навыку «Умывание», наиболее низкие - по навыку «Одевание-раздевание».
2. Мальчики в целом показали более низкие результаты, чем девочки.
3. Мы обратили внимание, что дети, показавшие высокие результаты в одном виде навыков, также показали высокие результаты и по другим навыкам. Дети, которые показали низкие результаты по одному навыку, также показали низкие результаты и по другим навыкам.

В ходе опроса мы задали детям следующие вопросы:

1. Зачем нужно мыть руки перед едой?
2. Как правильно мыть руки перед едой?
3. Нужно ли ухаживать за телом, одеждой и обувью?
4. Что будет если не ухаживать за телом, одеждой и обувью?
5. Расскажи кукле, что и зачем нужно делать во время еды.
6. Что будет если этого не делать?

7. Как правильно одеваться? Что одеваем сначала, а что потом?

8. Что будет если одеваться не по погоде?

Ответы были следующими:

«Мыть руки перед едой нужно, чтобы микробы не попали в наш организм и мы не заболели».

«Опрятность - это когда ты аккуратный и чистый. Она важна, потому что мы должны быть здоровыми и красивыми».

«За столом нужно соблюдать правила: сидеть прямо, не разговаривать с полным ртом, благодарить, когда поели».

Выяснилось, что некоторые дети, даже которые хорошо воспроизводят мытье рук, не всегда могут правильно назвать последовательность действий. Дети выполняют действия на поведенческом, закреплённом уровне без определенного осознания и понимания значимости каждого этапа.

Диагностическое исследование показало, что в основном уровень культурно-гигиенических навыков у детей средний и низкий (в совокупности по методике Г.А. Урунтаевой и проведенному опросу).

На основании диагностики по методике Г.А. Урунтаевой и опроса детей мы определили итоговый уровень владения КГН каждым ребенком. Результаты представлены на рисунке 5. Высокий уровень показали 22,2% детей, средний уровень 33,3%, низкий уровень 44,4% детей.

Наиболее высокие показатели у 4 детей: Анны Б., Эмилии И., Арины Х., Агаты И. Эти дети при умывании не капризничают, умеют намыливать руки тщательно, могут аккуратно смывать мыло, мыть лицо, насухо вытереть руки, им не требуется напоминаний для мытья рук после туалета. Дети правильно сидят за столом, пережевывают пищу тщательно, за столом разговаривают тихо и вежливо, могут пользоваться салфеткой, едят аккуратно, по окончании еды благодарят. Дети понимают значение необходимости КГН, что они делают и зачем, в какой последовательности делают.

Средний уровень владения КГН показали Кирилл Л., Василиса К., Инесса М., Алексей П., Ансар С., Матвей Ш. и Дмитрий Я. Эти дети не всегда

тщательно намыливают руки, не всегда моют лицо; не всегда засучивает рукава при умывании. В целом отношение к гигиеническим процедурам положительное. В процессе ухода за телом, одеждой, обувью необходима помощь. Дети едят аккуратно и правильно, но иногда нужна подсказка со стороны взрослых. Дети в целом понимают необходимость КГН, но им нужна помощь взрослого при ответах. Дети не до конца понимают правильный алгоритм действий при выполнении КГН.

Низкий уровень владения КГН показали Алексей А., Александр А., Мирослав Б., Михаил Д., Михаил К., Степан К., Константин П. Эти дети не проявляют желания умываться и самостоятельно следить за чистотой рук и лица, намыливание и смывание мыла нетщательное, вытирают руки неаккуратно, не моют руки после туалета. Дети не выполняют уход за телом, одеждой и обувью, им необходима помощь. Дети не осознают значимости КГН, не могут рассказать о последовательности действий при выполнении КГН либо отказываются отвечать.

Итоговый уровень владения КГН младшими дошкольниками приведен на рисунке 5.

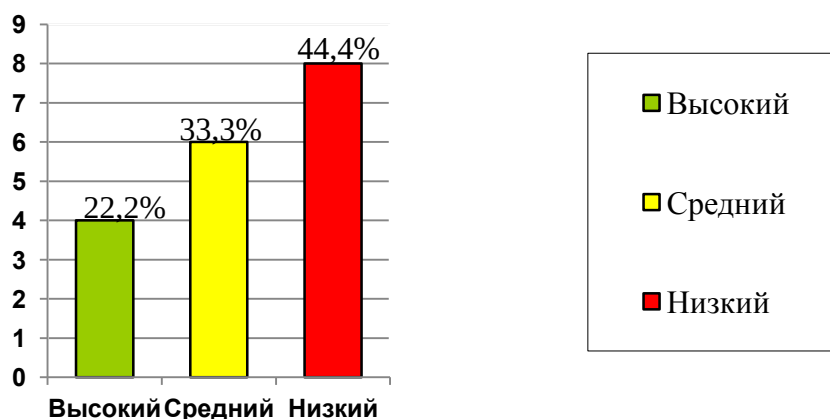


Рисунок 5 - Итоговый уровень владения КГН младшими дошкольниками, (констатирующий этап), %

На основании полученных результатов нами было принято решение о проведении работы по формированию культурно-гигиенических навыков для приобщения к ценности «здоровье».

2.2 Сущность и содержание формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста как основы приобщения к ценности «здоровье»

Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста является одним из важнейших направлений в системе дошкольного образования. Оно является фундаментом, на котором строится понимание ребенком ценности здоровья и здорового образа жизни.

Значение культурно-гигиенических навыков для формирования ценности здоровья состоит в том, что у детей формируется осознанное отношение к своему здоровью. Дети начинают понимать связь между соблюдением гигиены и здоровьем. Формирование культурно-гигиенических навыков создает основу для приобщения к ценности здоровья и развитие ответственности за свое здоровье. У младших дошкольников формируется привычка к регулярному уходу за собой.

Нами проведена формирующая работа с детьми на базе структурного подразделения детский сад «Иволга» государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы №6 города Жигулёвска городского округа Жигулёвск Самарской области (ГБОУ СОШ №6 СПДС «Иволга»).

Диагностика показала, что необходимо развивать у детей культурно-гигиенические навыки. В ходе формирующей работы нами были поставлены и реализованы следующие направления:

1. Развивая навык «Одевание - раздевание», мы вырабатывали у дошкольников положительное отношение к этому навыку. При этом развивали у детей стремление самостоятельно снимать и надевать одежду в правильном порядке. Обращали внимание детей на то, что неправильно подобранная одежда может привести к переохлаждению (зимой), от этого можно заболеть простудными или другими заболеваниями.

Правильный подбор одежды важен для сохранения здоровья. Говорили детям о том, что в холодное время года нужно всегда носить перчатки или варежки, шапку, шарф.

2. По навыку «Умывание» мы учили детей засучивать рукава перед мытьем рук. Дети учились правильно намыливать руки и смывать мыло, а также аккуратно вытирать руки. При этом формировалось положительное отношение к гигиеническим процедурам. У детей формировали желание самостоятельно следить за чистотой лица и рук.

3. По навыку «Уход за телом, одеждой, обувью» мы учили детей выполнять гигиенические требования.

4. По навыку «Культура еды» мы учили детей правильно пользоваться столовыми приборами, соблюдать тишину во время еды, не разговаривать.

В ходе формирующей работы мы применяли следующие педагогические приемы: показ, обучение, упражнения в ходе дидактических игр, напоминания детям о необходимости соблюдения правил гигиены. Кроме того, в ходе специально организованных занятий и самостоятельной деятельности создавались игровые проблемные ситуации. Показ мы проводили так, чтобы сначала акцентировать внимание детей на основных операциях, а потом на дополнительных. Показ сопровождался пояснением действий (например, «А теперь возьмем полотенце и вытрем каждый пальчик»). Такой способ позволил детям осознать действие в целом и основные моменты.

В формировании культурно-гигиенических навыков мы применяли игровую деятельность, организовывали сюжетно-ролевые и дидактические игры.

Во время проведения сюжетно-ролевой игры «Кукла Таня у вас в гостях» сначала мы предложили детям навести порядок, умыться, накрыть на стол. В ходе игры обращали внимание детей на то, как нужно вести себя за столом во время приема пищи. Также мы предложили детям подсказать кукле Тани, в какой руке нужно держать ложку, как правильно пережевывать пищу и т.д.

В процессе сюжетно-ролевой игры «Угостим куклу» дети учились правильно умываться, засучивать рукава перед мытьем рук, вытирать насухо лицо и руки. Затем дети предложили кукле угощения. В ходе данной игры мы применяли приемы подсказок, помогали детям закреплять культурно-гигиенические навыки.

В ходе сюжетно-ролевой игры «Дела семейные» моделировали сразу несколько ситуаций, которые помогают формировать у детей культурно-гигиенические навыки. Среди таких ситуаций – прием пищи, умывание, одевание на прогулку по погоде.

В процессе сюжетно-ролевой игры «Посещение больницы» дети выбрали для себя роли врача и пациентов. Врач рассказывал пациентам о том, какие существуют культурно-гигиенические правила, как их нужно соблюдать. Эту игру мы проводили с детьми несколько раз, чтобы каждый ребенок в группе мог побыть в роли врача.

Все виды культурно-гигиенических навыков дети закрепляли также в ходе сюжетно-ролевых игр «Дом» и «Семья».

Нами организовывались дидактические игры на темы «Пригласим куклу на чай», «Укладываем куклу спать», «Умываем куклу». Проводились дидактические игры «Научим куклу одеваться» и «Что нужно кукле?». Дети учились «помогать» куклам и заботиться о них.

Была организована коллективная практическая деятельность детей: например, «Поможем кукле Оле сложить вещи на место». В ходе такой деятельности дети помогали кукле, а также комментировали свои действия, объясняли их последовательность и значение. Организовано решение игровой ситуации «Кукла Таня хочет спать», решение ситуации «Кукла Света у нас в гостях».

Следует отметить, что во время проведения всех мероприятий формирующей работы мы объясняли детям не только последовательность выполнения культурно-гигиенических действий, но и значение культурно-гигиенических навыков для сохранения здоровья.

В ходе формирующей работы нами использовалось следующее материально-техническое и методическое обеспечение. В работе применялись иллюстрации, настольный и плоскостной макет, то есть наглядный иллюстративный материал. Также применялся наглядно-дидактический материал в виде моделей и схем, применялись настольно-наглядные пособия (например, игрушки, лэпбук).

Организован просмотр мультфильмов «Федорино горе» и «Мойдодыр». Данные мультфильмы вызвали интерес у детей. Дети любят смотреть мультфильмы. Просмотр таких мультфильмов принес пользу детям, дети увидели, к чему может привести несоблюдение культурно-гигиенических норм. После просмотра мультфильмов мы провели беседы с детьми по их содержанию. В частности, мы задавали детям такие вопросы: «Как вы думаете, почему посуда ушла от Федоры?», «Как Федоре нужно было поступить?», «Почему нужно умываться?», «Что будет, если не умываться?».

В работе мы применяли чтение детской художественной и познавательной литературы по теме культурно-гигиенических навыков. В частности, детям прочитали следующие произведения: «Мойдодыр» (К.И. Чуковский), «Я не хочу мыть руки» (Тони Росс), «Приключения Тима в мире бактерий» (Косовская М., Тяхт А., Алексеев Д., Тяхт С.). Также «Детям про гигиену. В погоне за вредными микробами» (О. Епифанова), «Искорка и магия порядка» (Штефани Дале, Ютта Лангройтер). После чтения произведений проводили беседу с детьми, отмечали важность для здоровья соблюдения культурно-гигиенических навыков.

Произведения народного фольклора являются эффективным средством формирования культурно-гигиенических навыков. Поэтому мы включали в занятия потешки, песенки и другие произведения устного народного творчества.

Поэтические произведения являются малым фольклорным жанром, они полезны при воспитании гигиены, так как речь педагога, применяющего их, становится более привлекательной для детей. Потешки и песенки создают

положительный эмоциональный настрой, у детей усиливается мотивация к выполнению заданий педагога и участию в совместных играх. Формирующая работа включала в себя знакомство с произведениями устного народного творчества.

Дети с удовольствием слушали потешки по время режимных моментов. Дети с увлечением слушали песенки и другие фольклорные произведения, при этом проводилась доверительная беседа, использовались игровые моменты.

Применение произведений фольклора состояло из определенных этапов.

На первом этапе проводилась предварительная работа. Начиналось знакомство с персонажами народного фольклора, проводилось рассматривание картинок и игрушек. В ходе наблюдений и игр дети вместе с педагогом пели песенки, отвечали на вопросы, это привело к положительному отношению детей к персонажам произведений народного фольклора.

На втором этапе осуществлялось непосредственное знакомство со сказками, потешками и прибаутками. Педагоги рассказывали и читали детям потешки и прибаутки, затем повторно читали с применением иллюстраций, проводили беседы по содержанию, обыгрывали с куклами. Важную роль играет выразительность речи педагога, это важно для понимания поступков персонажей и смысла произведения.

На третьем этапе проводилось повторение сказок и потешек, которое закрепляет и расширяет знания. Мы рассказывали сказки, используя театр картинок, настольный театр, чтение произведений и рассматривание иллюстраций. Также проводилось проигрывание диалогов персонажей. Применялись приемы договаривания стихотворных фраз, при этом часто применялись маски и игрушки.

На четвертом этапе сказки и потешки включались в различные виды деятельности детей, в том числе культурно-гигиенические действия. Народный фольклор применялся в режимных процессах и на занятиях.

Было проведено занятие в группе «Водичка, водичка...». На данном занятии у детей формировалась навыки здорового образа жизни. При этом

закреплялись навыки умывания, развивалась наблюдательность детей, совершенствовалось желание детей быть аккуратными и чистыми. На занятии применялись полотенце, расчёска, кувшин с водой, а также другие предметы и игрушки. В ходе предварительной работы мы читали детям произведение К. Чуковского «Мойдодыр» и разучивали с детьми потешки, проводили беседы о значении гигиены в укреплении здоровья.

Мы обратили внимание, что устное народное творчество нравится детям. Во многом это связано с тем, что слова в фольклоре рифмованные, легко звучат, содержат в себе юмор, а не только поучение.

Благодаря фольклору решались задачи воспитания гигиены, расширялся игровой опыт детей. Произведения фольклора стали применяться ежедневно. Все это помогло повысить интерес детей к освоению культурно-гигиенических навыков.

Применяли лэпбук «Культурно-гигиенические навыки» для работы с детьми (Приложение В).

В лэпбук «Культурно-гигиенические навыки» включены игры о предметах гигиены, загадки, алгоритм мытья рук, полезные и вредные продукты для зубов, правила чистки зубов, а также правила поведения за столом, алгоритм одевания и раздевания в летнее и зимнее время. В ходе игры с лэпбуком дети познакомились с предметами одежды.

Приведем примеры работы с лэпбуком «Культурно-гигиенические навыки». Например, в нем есть игра «Алгоритм одевания», в ходе игры дети раскладывали логически карточки так, чтобы увидеть последовательность одевания одежды зимой и летом. В игре «Стираем одежду» дети познакомились с алгоритмом ухода за одеждой, которым следуют взрослые: сначала взрослые складывают одежду в корзину для белья, затем стирают одежду в стиральной машине, потом сушат одежду, а затем ее гладят.

В игре «Предметы гигиены» в лэпбуке «Культурно-гигиенические навыки» детям мы читали загадки про зубную щетку, зубную пасту, расческу,

полотенце, мыло. Дети отгадывали и размещали карточки с изображениями этих предметов на игровом поле.

В ходе дидактической игры «Алгоритм мытья рук» дети раскладывали карточки с последовательностью мытья рук: сначала закатываем рукава, затем открываем кран, моем руки с мылом, закрываем кран, вытираем руки. Мы помогали детям.

В данном лэпбуке также есть игра «Полезные и вредные продукты». Мы объяснили детям, что для здоровья важно правильно питаться. Дети узнали, какие продукты вредные, а какие полезные, раскладывали карточки на игровом поле.

Отдельный блок игр в лэпбуке посвящен правилам поведения за столом и сортировки стола.

В лэпбуке «Уроки Мойдодыра» (Приложение Г) представлено несколько конвертов с игровыми заданиями для детей, в том числе «Раскраски», «Осторожно, микробы», «Алгоритм чистки зубов», «Собери картинку» и другие.

В работе по приобщению детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье» через формирование культурно-гигиенических навыков мы применяли дидактическое игровое пособие «Мойдодыр» (Приложение Д). Оно представляет собой игрушечный умывальник с изображением персонажа сказки К.И. Чуковского. Дети умывали кукол, знакомили кукол с правилами и важностью умывания.

Чтобы сформировать у детей навык следить за порядком в группе, мы проводили экскурсию по группе, показывали детям, что игрушки живут на своих местах, машинки в гараже, а куклы в кукольном домике, и во время уборки нужно размещать игрушки в положенном месте.

Для формирования культурно-гигиенических у дошкольников соблюдали режим дня, что помогало детям стать более организованными и самостоятельными.

В целях приобщения к ценности «здоровье» посредством формирования культурно-гигиенических навыков нами были созданы следующие условия:

- организована комфортно предметно-развивающей среды в детском саду, мебель должна соответствовать росту детей, места для вещей удобные;
- действия, которые нужно осуществлять, состояли из простых и последовательных операций;
- проводились многократные упражнения, повторения, при этом мы обращали внимание детей дошкольного возраста на способ и порядок выполнения действий;
- учитывались индивидуальные особенности каждого ребенка и скорость овладения им культурно-гигиеническими навыками;
- взрослые также выполняли все культурно-гигиенические требования, показывали личный пример, соблюдали правила этикета.

Важной частью нашей формирующей работы было взаимодействие с родителями, чтобы помочь им формировать культурно-гигиенические навыки у своих детей. Проводились консультации, мастер-классы, а также родительские собрания с родителями по формированию культурно-гигиенических навыков у детей.

В частности, нами проведен мастер-класс для родителей, в ходе которого мы показали, как правильно нужно чистить зубы, а также дали родителям конкретные практические рекомендации, как заинтересовать детей чисткой зубов (например, это может быть зубная паста со вкусом клубники, зубная щетка в виде игрушки).

Таким образом, проведенная нами работа по формированию культурно-гигиенических навыков способствовала приобщению детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье». Дети младшего дошкольного возраста в ходе проведенных нами дидактических и сюжетно-ролевых игр, бесед, занятий, увидели взаимосвязь между культурно-гигиеническими навыками и здоровьем человека.

2.3 Динамика формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста как основы приобщения к ценности «здоровье»

После формирующей работы нами была проведена повторная диагностика и выявлена динамика культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста как основы приобщения к ценности «здоровье».

Применялись те же диагностические методики и показатели.

Для диагностики применялась методика «Изучение сформированности культурно-гигиенических навыков» Г.А. Урунтаевой [49]. Также нами был проведен опрос детей, чтобы определить сформированность у детей представлений о значимости навыков и представлений об алгоритме выполнения определенных действий, связанных с КГН.

Исследование проводилось в следующих условиях: в младшей группе детского сада в период режимных моментов. На основании методики мы выявили высокий, средний и низкий уровень сформированности культурно-гигиенических навыков.

Результаты диагностики по методике Г.А. Урунтаевой представлены в таблице 3.

Таблица 3 - Сводная таблица результатов уровня сформированности КГН у детей (контрольный этап)

Уровень развития	Навыки			
	Умывание	Уход за телом, одеждой, обувью	Культура еды	Одевание-раздевания
Высокий	12 чел (66,7%)	9 чел (50%)	7 чел (38,9%)	5 чел (27,8%)
Средний	6 чел (33,3%)	9 чел (50%)	10 чел (55,6%)	10 чел (55,6%)
Низкий	0 чел (0%)	0 чел (0%)	1 чел (5,6%)	3 чел (16,7%)

Динамика развития навыка «Умывание» до и после формирующей работы приведена на рисунке 6.

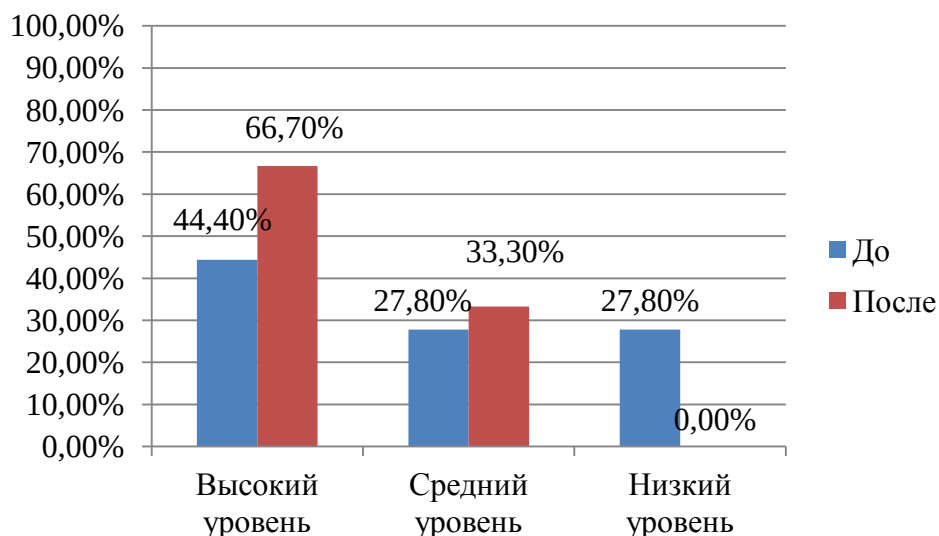


Рисунок 6 - Динамика развития навыка «Умывание» до и после формирующей работы, %

Количество детей, владеющих навыком «Умывание» на высоком уровне, увеличилось с 44,4% до 66,7%. Количество детей, владеющих навыком «Умывание» на среднем уровне, увеличилось с 27,8% до 33,3%. Количество детей, владеющих навыком на низком уровне, уменьшилось с 27,8% до 0.

Динамика развития навыка «Уход за телом, одеждой, обувью» до и после формирующей работы приведена на рисунке 7.

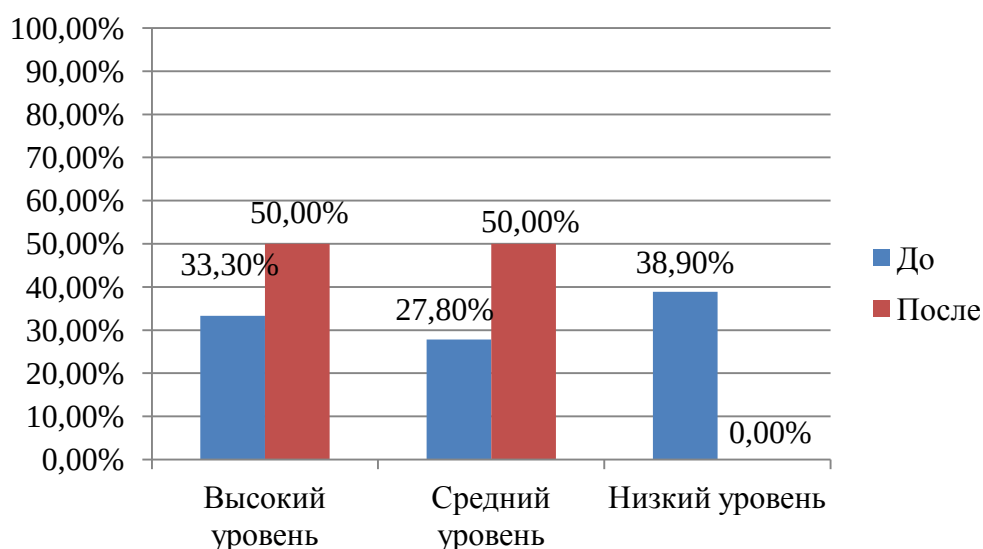


Рисунок 7 - Динамика развития навыка «Уход за телом, одеждой, обувью» до и после формирующей работы, %

Количество детей, владеющих навыком «Уход за телом, одеждой, обувью» на высоком уровне, увеличилось с 33,3% до 50%. Количество детей, владеющих навыком на среднем уровне, увеличилось с 27,8% до 50%.

Динамика развития навыка «Культура еды» до и после формирующей работы представлена на рисунке 8.

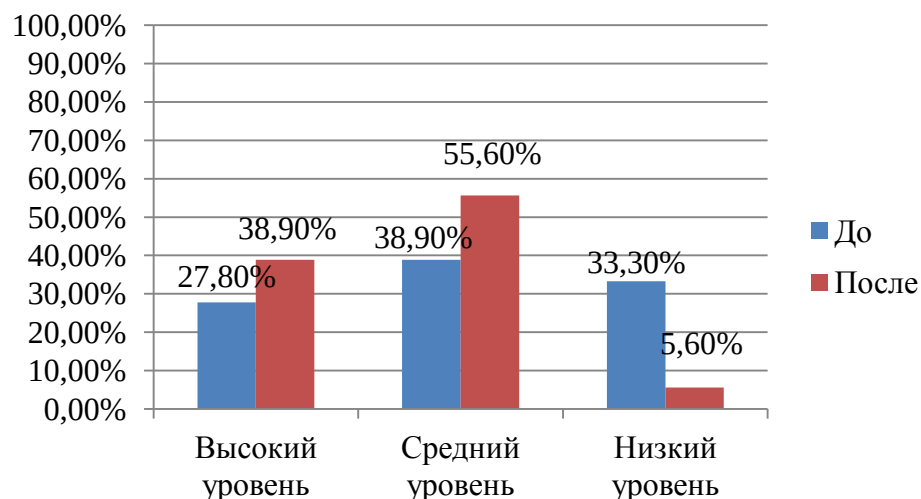


Рисунок 8 - Динамика развития навыка «Культура еды» до и после формирующей работы, %

Количество детей, владеющих навыком «Культура еды» на высоком уровне, увеличилось с 27,8% до 38,9%.

Динамика развития навыка «Одевание-раздевание» до и после формирующей работы приведена на рисунке 9.

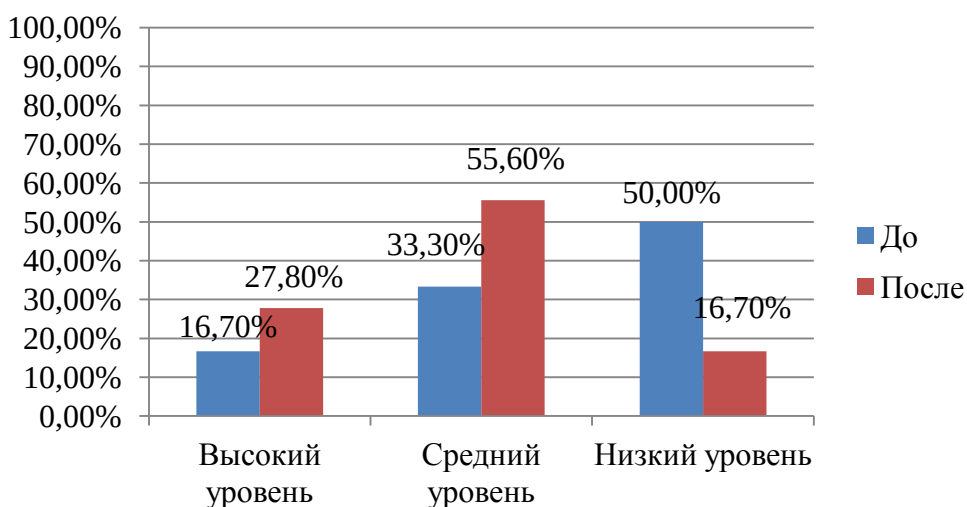


Рисунок 9 - Динамика развития навыка «Одевание-раздевание» до и после формирующей работы, %

Количество детей, владеющих навыком «Одевание-раздевание» на высоком уровне, увеличилось с 16,7% до 27,8%. Количество детей, владеющих навыком на среднем уровне, увеличилось с 33,3% до 55,6%. Количество детей, владеющих навыком на низком уровне, уменьшилось с 50% до 16,7%.

Приведем распределение баллов на контрольном этапе исследования в Приложении Е.

По итогам диагностики мы выявили следующие закономерности: наиболее высокие результаты продемонстрированы по навыку «Умывание». Мы обратили внимание, что дети, показавшие высокие результаты в одном виде навыков, также показали высокие результаты и по другим навыкам.

Диагностическое исследование показало, что на контрольном этапе (после формирующей работы) дети в основном показали средний и высокий уровень культурно-гигиенических навыков (в совокупности по методике Г.А. Урунтаевой и опросу).

Мы определили итоговый уровень владения КГН детьми в группе. Динамика результатов представлена на рисунке 10.

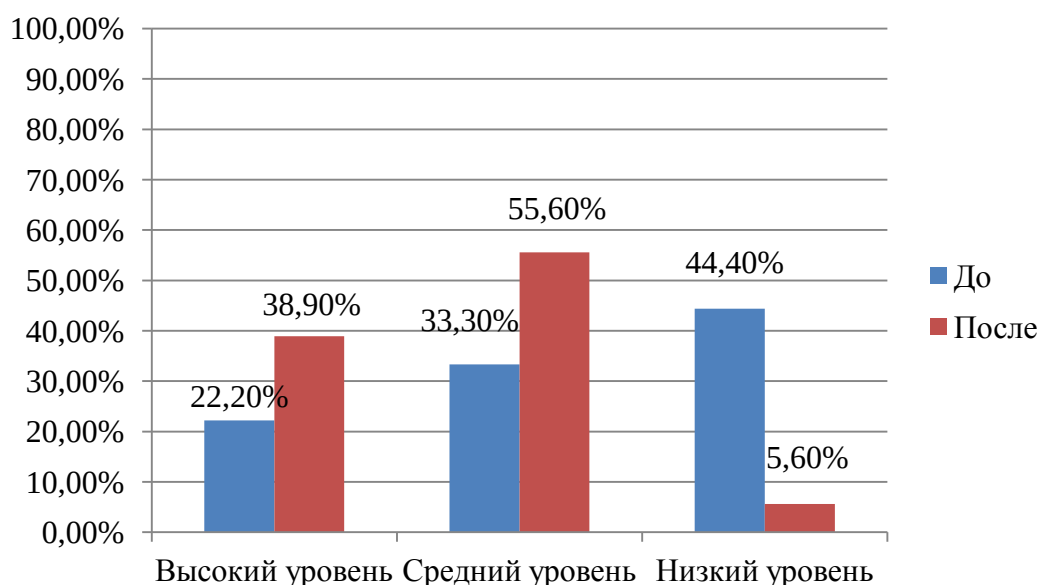


Рисунок 10 - Динамика итогового уровня владения КГН младшими дошкольниками до и после формирующей работы, %

Результаты значительно улучшились. Количество детей, владеющих КГН на высоком уровне, увеличилось с 22,2% до 38,9%. Количество детей,

владеющих КГН на среднем уровне, увеличилось с 33,3% до 55,6%. Количество детей, владеющих КГН на низком уровне, уменьшилось с 44,4% до 5,6%.

Работа по формированию культурно-гигиенических навыков для приобщения к ценности «здоровье» показала свою эффективность.

Анализ содержания второй главы позволяет нам сделать ряд выводов. Нами была проведена опытно-экспериментальная работа по приобщению детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье» через формирование культурно-гигиенических навыков. Диагностическое исследование на констатирующем этапе показало, что в основном уровень культурно-гигиенических навыков у детей был средний и низкий. Высокий уровень показали 22,2% детей, средний уровень 33,3%, низкий уровень 44,4% детей. В ходе формирующей работы нами были поставлены и реализованы следующие направления:

1. Развивая навык «Одевание - раздевание», мы вырабатывали у дошкольников положительное отношение к этому навыку. При этом развивали стремление самостоятельно снимать и надевать одежду в правильном порядке.

2. По навыку «Умывание» мы учили детей засучивать рукава перед мытьем рук. Дети учились правильно намыливать руки и смывать мыло, а также аккуратно вытирать руки. При этом формировалось положительное отношение к гигиеническим процедурам. У детей формировали желание самостоятельно следить за чистотой лица и рук.

3. По навыку «Уход за телом, одеждой, обувью» мы учили детей выполнять гигиенические требования.

4. По навыку «Культура еды» мы учили детей правильно пользоваться столовыми приборами, соблюдать тишину во время еды, не разговаривать.

После формирующей работы нами была проведена повторная диагностика и выявлена динамика культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста как основы приобщения к ценности «здоровье». Результаты значительно улучшились, работа показала свою эффективность.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Роль ценности «здоровье» определяется тем, что здоровый образ жизни: способствует сохранению здоровья детей; является основой для интеллектуального, психологического и духовного развития; является необходимой базой для успешного дальнейшего обучения в школе и жизнедеятельности.

Приобщение к ценности «здоровье» предполагает образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья. Анализ научной литературы позволил сформулировать следующие основные компоненты здоровья: соблюдение культурно-гигиенических навыков, оптимальный двигательный режим, рациональное правильное питание, умение бороться с негативными эмоциями, тренировка иммунитета и закаливание.

Воспитание у детей навыков личной гигиены играет важнейшую роль в приобщении к ценности «здоровье», способствует правильному поведению в быту. В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки совершенствовались.

Культурно-гигиенические навыки - важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, тела, прически, одежды, обуви продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений.

Необходимо отметить, что очень важным является формирование культурно-гигиенических навыков уже в младшем дошкольном возрасте, поскольку в этом возрасте закладываются основы правильного поведения. Для начального формирования культурно-гигиенических навыков младший дошкольный возраст является наиболее благоприятным периодом.

Для успешного формирования культурно-гигиенических навыков необходимо использовать методику в работе с детьми. Важно, чтобы обучение

проходило в игровой форме, с использованием наглядных примеров и интересных заданий. Родители и педагоги должны быть терпеливыми и доброжелательными, чтобы ребенок не испытывал стресса и страха перед новыми задачами.

Формирование и закрепление культурно-гигиенических навыков зависит от комплекса факторов: эмоционального отношения детей к гигиеническим действиям, условий и возраста, с которого начинается педагогическая работа. Важнейшими условиями эффективного формирования культурно-гигиенических навыков являются методы и средства, которые применяются воспитателями, а также четкий режим дня и рационально организованная обстановка.

Нами была проведена опытно-экспериментальная работа по приобщению детей младшего дошкольного возраста к ценности «здоровье» через формирование культурно-гигиенических навыков.

Диагностическое исследование на констатирующем этапе показало, что в основном уровень культурно-гигиенических навыков у детей был средний и низкий. Высокий уровень показали 22,2% детей, средний уровень 33,3%, низкий уровень 44,4% детей.

В ходе формирующей работы нами были поставлены и реализованы следующие направления. Развивая навык «Одевание - раздевание», мы вырабатывали у дошкольников положительное отношение к этому навыку. При этом развивали у детей стремление самостоятельно снимать и надевать одежду в правильном порядке. По навыку «Умывание» мы учили детей засучивать рукава перед мытьем рук. Дети учились правильно намыливать руки и смывать мыло, а также аккуратно вытирать руки. При этом формировалось положительное отношение к гигиеническим процедурам. У детей формировали желание самостоятельно следить за чистотой лица и рук. По навыку «Уход за телом, одеждой, обувью» мы учили детей выполнять гигиенические требования. По навыку «Культура еды» мы учили детей правильно

пользоваться столовыми приборами, соблюдать тишину во время еды, не разговаривать.

После формирующей работы нами была проведена повторная диагностика и выявлена динамика культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста как основы приобщения к ценности «здоровье».

Результаты значительно улучшились. Количество детей, владеющих КГН на высоком уровне, увеличилось с 22,2% до 38,9%. Количество детей, владеющих КГН на среднем уровне, увеличилось с 33,3% до 55,6%. Количество детей, владеющих КГН на низком уровне, уменьшилось с 44,4% до 5,6%. Работа показала свою эффективность.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Об образовании в Российской Федерации : Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ // Собрание законодательства РФ. - Москва, 2012. - С.7598.
2. Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации : Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. №323-ФЗ // Собрание законодательства РФ. - Москва, 2011. - С.6724.
3. О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации : Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. №400 // Собрание законодательства РФ. - Москва, 2021. - С.5351.
4. Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования : Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. №1155 // Российская газета. - 2013. - №265.
5. Об утверждении Федеральной образовательной программы дошкольного образования : Приказ Министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г. №1028. - Москва: Сфера, 2023. - 208 с.
6. Андреева, Н.В. Особенности формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста / Н.В. Андреева // Вопросы дошкольной педагогики. - 2019. - №10(27). - С.4-6.
7. Батурина, Г.И. Народная педагогика в современной учебно-воспитательном процессе / Г.И. Батурина, Т.Ф. Кузина. - Москва: Школьная пресса, 2018. - 144 с.
8. Белкина, В.Н. Психология раннего и дошкольного детства / В.Н. Белкина. - Москва: Юрайт, 2023. - 170 с.
9. Богина, Т.Л. Режим дня в детском саду / Т.Л. Богина. - Москва: Просвещение, 2019. - 95 с.

10. Бочкарева, О.И. Организация деятельности по формированию культурно-гигиенических навыков и этикета / О.И. Бочкарева. - Москва: АСТ, 2019. - 96 с.
11. Варенцова, Н.А. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей второй младшей группы / Н.А. Варенцова // Современные тенденции организации образовательного процесса: от идеи к результату. Материалы III Всероссийской научно-практической конференции. - 2019. - С.142-147.
12. Воспитание и обучение детей младшего дошкольного возраста: для воспитателя / Под ред. Г.Н. Годиной. - Москва: Просвещение, 2020. - 160 с.
13. Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский. - Москва: Педагогика, 2018. - 536 с.
14. Голованова, Н.Ф. Социализация и воспитание ребенка / Н.Ф. Голованова. - Москва: Инфра-Инженерия, 2021. - 252 с.
15. Горбунова, Е.В. Содержание работы по формированию ЗОЖ у детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ / Е.В. Горбунова // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. - 2014. - №36. - С.212-215.
16. Гусарова, Е.И. Формирование самостоятельности в условиях дошкольного образовательного учреждения / Е.И. Гусарова, Е.И. Соколова // Общество: социология, психология, педагогика. - 2016. - №1. - С.110-112.
17. Доронова, Т.Н. Взаимодействие дошкольного учреждения с родителями / Т.Н. Доронова. - Москва: Просвещение, 2020. - 120 с.
18. Дошкольная педагогика с основами методик воспитания и обучения / под ред. А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцевой. - Санкт-Петербург: Питер, 2022. - 464 с.
19. Ежкова, Н.С. Дошкольная педагогика / Н.С. Ежкова. - Москва: Юрайт, 2023. - 183 с.
20. Жербакова, Н.А. Готовность педагогов к проектированию здоровьесберегающей образовательной среды дошкольной образовательной

организации / Н.А. Жербакова // Балтийский гуманитарный журнал. - 2018. - Т.7. - №2(23). - С.231-234.

21. Завьялова, Т.П. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка дошкольного возраста / Т.П. Завьялова. - Москва: Юрайт, 2023. - 282 с.

22. Зайцев, А.А. Основы здорового образа жизни в образовательной организации / А.А. Зайцев. - Москва: Юрайт, 2020. - 137 с.

23. Зебзеева, В.А. Организация режимных процессов в ДОО / В.А. Зебзеева. - Москва: Сфера, 2021. - 128 с.

24. Каропова, Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников / Т.Г. Каропова. - Москва: Учители, 2020. - 169 с.

25. Козлова, С.А. Теория и методика воспитания и обучения детей раннего и дошкольного возраста / С.А. Козлова. - Москва: Инфра-М, 2023. - 236 с.

26. Козлова, Я.Г. Культурно-гигиенические навыки младших дошкольников и специфика их воспитания / Я.Г. Козлова // Интерактивная наука. - 2021. - №7(26). - С.18-19.

27. Колотилина, Н.В. Оздоровительная работа в детском саду / Н.В. Колотилина // Педагогический опыт: от теории к практике. Сборник материалов VIII Международной научно-практической конференции. - 2019. - С.278-280.

28. Кониная, Е.Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей (игровой комплект) / Е.Ю. Кониная. - Москва: Айрис-пресс, 2019. - 12 с.

29. Кротова, В.Ю. Подготовка будущих педагогов к формированию основ здорового образа жизни дошкольников / В.Ю. Кротова // Вестник Воронежского государственного университета. - 2018. - №1. - С.67-70.

30. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология / И.Ю. Кулагина. - Москва: АСТ, 2018. - 176 с.

31. Куликовская, И.Э. Организация различных видов деятельности и общения детей / И.Э. Куликовская. - Москва: КноРус, 2023. - 418 с.

32. Курочкина, И.Н. Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования. Этикет / И.Н. Курочкина. - Москва: Юрайт, 2023. - 134 с.
33. Лисина, М.И. Общение, личность и психика ребёнка / М.И. Лисина. - Москва: АСТ, 2017. - 210 с.
34. Люблинская, А.А. Детская психология: учебное пособие для студентов педагогических институтов / А.А. Люблинская. - Москва: Просвещение, 2020. - 415 с.
35. Ляпина, С.А. Оздоровительно-гигиенические мероприятия в дошкольных образовательных учреждениях как фактор повышения здоровья детей / С.А. Ляпина // Современные проблемы науки и образования. - 2020. - №2. - С.12.
36. Макаренко, А.С. Лекции о воспитании детей. Общие условия семейного воспитания: учебное пособие / А.С. Макаренко. - Москва: Знание, 1984. - 400 с.
37. Маликов, Р.Ш. Психология и педагогика социальных взаимоотношений через призму народной педагогики / Р.Ш. Маликов и др. // Теория и практика образования в современном мире: материалы XI Междунар. науч. конф. - Санкт-Петербург: Свое издательство, 2019. - С.5-8.
38. Микляева, Н.В. Дошкольная педагогика. Теория воспитания / Н.В. Микляева, Ю.В. Микляева. - Москва: Академия, 2013. - 208 с.
39. Миронова, Т.В. Образование дошкольников при проведении режимных процессов / Т.В. Миронова. - Москва: Учитель, 2020. - 42 с.
40. Моржина, Е.В. Формирование навыков самообслуживания на занятиях и дома / Е.В. Моржина. - Москва: АСТ, 2018. - 40 с.
41. Ошкина, А.А. Динамика готовности воспитателей дошкольных образовательных организаций к формированию основ здорового образа жизни у детей А.А. Ошкина // Карельский научный журнал. - 2019. - №4(29). - С.46-50.
42. Петерина, С.В. Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста / С.В. Петерина. - Москва: Просвещение, 1986. - 96 с.

43. Психолого-педагогическая диагностика развития детей раннего и дошкольного возраста: методическое пособие / под ред. Е.А. Стребелевой. - Москва: Просвещение, 2015. - 164 с.
44. Развитие самостоятельности и активности в дошкольном возрасте: Сборник научных трудов / под ред. Т.И. Бабаевой. – Санкт-Петербург: Питер, 2016. - 126 с.
45. Реброва, В.И. Профессиональная позиция педагога в поддержке инициативы и самостоятельности детей дошкольного возраста / В.И. Реброва // Человек и образование. ВАК. - 2017. - №2(51). - С.120-124.
46. Стожарова, М.Ю. Формирование профессиональной компетентности педагогов ДСО в области здоровьесберегающих технологий / М.Ю. Стожарова, Ю.В. Юсубова // Поволжский педагогический поиск. - 2017. - №3(21). - С.92-98.
47. Суровцева, А.В. Дошкольная педагогика / А.В. Суровцева. - Москва: Просвещение, 2021. - 382 с.
48. Турченко, В.И. Дошкольная педагогика / В.И. Турченко. - Москва: Флинта, 2020. - 256 с.
49. Урунтаева, Г.А. Детская психология / Г.А. Урунтаева. - Москва: Инфра-М, 2022. - 372 с.
50. Урунтаева, Г. А, Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию - Москва. : Просвещение, 2014. - 215 с
51. Шалаева, Г.П. Правила поведения для воспитанных детей / Г.П. Шалаева. - Москва: Малыш, 2021. - 160 с.
52. Шафранская, Э.Ф. Устное народное творчество: учебное пособие / Э. Шафранская. - Москва: Юрайт, 2023. - 346 с.
53. Широкова, Г.А. Справочник дошкольного психолога / Г.А. Широкова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2017. - 384 с.
54. Щетинина, А.М. Социализация и индивидуализация в детском возрасте / А.М. Щетинина. - Великий Новгород: НовГУ им. Я. Мудрого, 2020. - 132 с.

55. Эльконин, Д.Б. Детская психология / Д.Б. Эльконин. - Москва: Академия, 2018. - 384 с.

56. Югова, М.Р. Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей. Планирование, занятия, игры / М.Р. Югова. - Москва: Учитель, 2020. - 137 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ А
Список детей группы

Таблица А.1 - Список детей группы

№	Имя ребенка	Возраст	Наличие диагнозов
1	Алексей А.	3 г. 4 мес.	-
2	Александр А.	3 г. 5 мес.	-
3	Мирослав Б.	3 г. 4 мес.	-
4	Анна Б.	3 г. 10 мес.	-
5	Михаил Д.	3 г. 5 мес.	-
6	Кирилл Л.	3 г. 6 мес.	-
7	Эмилия И.	3 г. 8 мес.	-
8	Агата И.	3 г. 9 мес.	-
9	Михаил К.	3 г. 4 мес.	-
10	Василиса К.	3 г. 7 мес.	-
11	Степан К.	3 г. 5 мес.	-
12	Инесса М.	3 г. 8 мес.	-
13	Константин П.	3 г. 5 мес.	-
14	Алексей П.	3 г. 9 мес.	-
15	Ансар С.	3 г. 7 мес.	-
16	Арина Х.	3 г. 10 мес.	-
17	Матвей Ш.	3 г. 8 мес.	-
18	Дмитрий Я.	3 г. 7 мес.	-

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Результаты сформированности культурно-гигиенических навыков в группе на констатирующем этапе исследования

Таблица Б.1 - Результаты сформированности культурно-гигиенических навыков в группе на констатирующем этапе исследования (в баллах)

№	Имя ребенка	Навыки				Баллы, итоговый уровень
		Умывани е	Уход за телом, одеждой, обувью	Культура еды	Одевание- раздевание	
		Баллы				
1	Алексей А.	1	1	1	1	4 низкий
2	Александр А.	1	1	2	1	5 низкий
3	Мирослав Б.	1	1	1	1	4 низкий
4	Анна Б.	3	3	2	3	11 высокий
5	Михаил Д.	1	1	1	1	4 низкий
6	Кирилл Л.	2	2	1	1	6 низкий
7	Эмилия И.	3	3	3	2	11 высокий
8	Агата И.	3	3	2	3	11 высокий
9	Михаил К.	2	1	1	1	5 низкий
10	Василиса К.	3	2	3	2	10 средний
11	Степан К.	1	1	2	1	5 низкий
12	Инеcса М.	3	2	2	3	10 средний
13	Константин П.	2	1	1	1	5 низкий
14	Алексей П.	2	2	3	2	9 средний
15	Ансар С.	2	3	2	1	8 средний
16	Арина Х.	3	3	3	2	11 высокий
17	Матвей Ш.	3	3	2	2	10 средний
18	Дмитрий Я.	3	2	3	2	10 средний

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Лэпбук «Культурно-гигиенические навыки»



Рисунок В.1 - Обложка лэпбука «Культурно-гигиенические навыки»

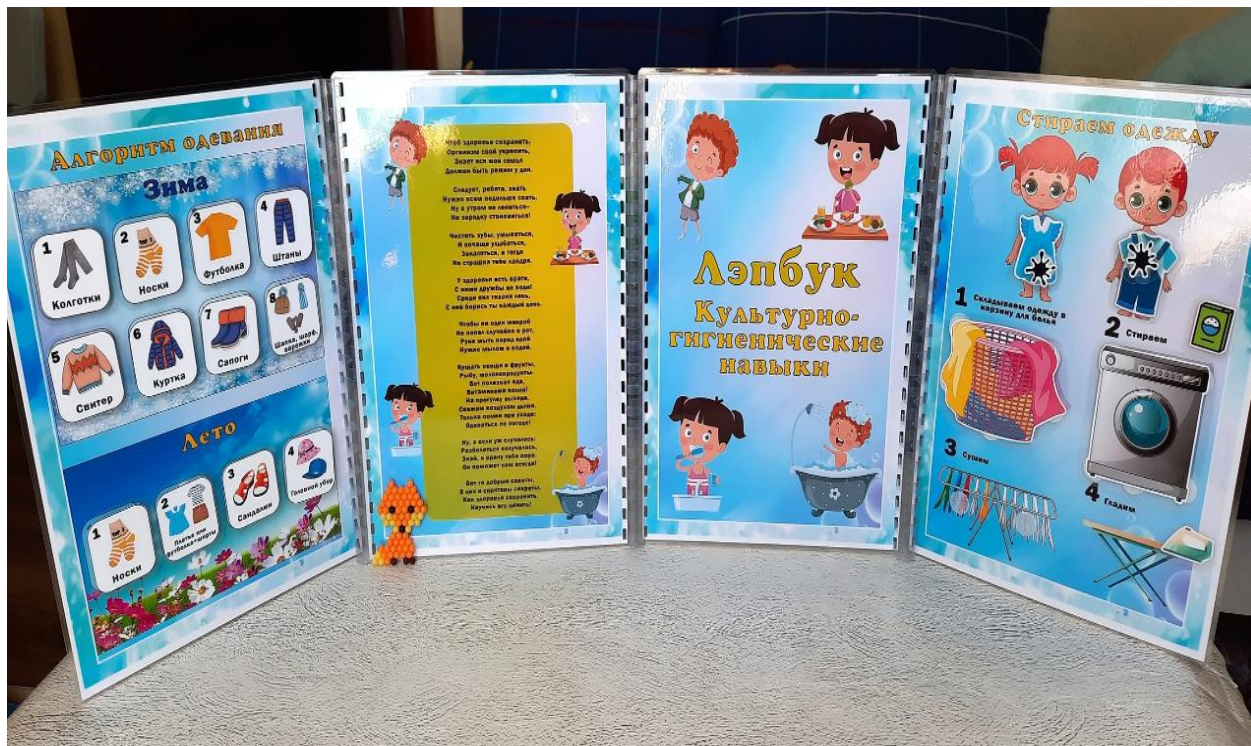


Рисунок В.2 - Наполнение лэпбука «Культурно-гигиенические навыки»



Рисунок В.3 - Наполнение лэпбука «Культурно-гигиенические навыки»

ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Лэпбук «Уроки Мойдодыра»



Рисунок Г.1 - Комплекты заданий для детей

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

Дидактическое пособие «Мойдодыр»



Рисунок Д.1 - Девочка изучает культурно-гигиенические навыки посредством дидактического пособия «Мойдодыр»

ПРИЛОЖЕНИЕ Е

Результаты сформированности культурно-гигиенических навыков в группе на контрольном этапе исследования

Таблица Е.1 - Результаты сформированности культурно-гигиенических навыков в группе на контрольном этапе исследования (в баллах)

№	Имя ребенка	Навыки				Баллы, итоговый уровень
		Умывание	Уход за телом, одеждой, обувью	Культура еды	Одевание- раздевание	
		Баллы				
1	Алексей А.	2	2	2	2	8 средний
2	Александр А.	2	2	2	1	7 средний
3	Мирослав Б.	2	2	2	2	8 средний
4	Анна Б.	3	3	3	3	12 высокий
5	Михаил Д.	2	2	2	1	7 средний
6	Кирилл Л.	3	2	2	2	9 средний
7	Эмилия И.	3	3	3	3	12 высокий
8	Агата И.	3	3	3	3	12 высокий
9	Михаил К.	2	2	2	2	8 средний
10	Василиса К.	3	3	3	2	11 высокий
11	Степан К.	3	2	2	2	9 средний
12	Инесса М.	3	3	2	3	11 высокий
13	Константин П.	2	2	1	1	6 низкий
14	Алексей П.	3	2	3	2	10 средний
15	Ансар С.	3	3	2	2	10 средний
16	Арина Х.	3	3	3	3	12 высокий
17	Матвей Ш.	3	3	2	2	10 средний
18	Дмитрий Я.	3	3	3	2	11 высокий